MINH HƯNG

SHARING THE LOVE

TIẾNG VỌNG DƯỚI NƯỚC

HÀNH TRÌNH NGÔN NGỮ TRẺ TỰ KỈ VIỆT NAM

nguyendonghung

MỤC LỤC

OPENING — WHEN WORDS SINK..... 16

PART I – THE HEADWATERS: FOUNDATIONS OF DIFFERENCE.....27

Chapter 1. The Silent Surface — When Language Has Not Yet Been Born.....27

1. Những biểu hiện đầu đời của sự im lặng có nghĩa (Early signs of meaningful silence)..... 27

2. Khi trẻ không đáp lại – khoảng trống trong giao tiếp đầu đời (When a child doesn't respond — the gap in early communication).....29

3. Khoa học nhìn ngôn ngữ như một hành trình thần kinh (The science that views language as a neural journey)..... 31

4. "Nghe mà không hiểu" – câu chuyện của bé L., 5 tuổi ("Hearing without understanding" — the story of L., age 5)..... 33

5. Im lặng – vùng nước sâu chứa những chuyển động tinh tế (Silence — deep water that holds subtle motion).....35

Kết chương - Chapter conclusion.....36

Chapter 2. Beneath the Waves: Distorted Sounds.....37

1. Khi lời nói trở nên lạ lẫm – ngôn ngữ nhại (When speech turns unfamiliar - echolalia).....37

2. Âm thanh méo đi khi đi qua môi trường nước (When sound warps as it travels through water).....39

3. Ngữ điệu, từ ngữ, và cấu trúc bị vỡ vụn trong giao tiếp (Intonation, words, and structure fractured in communication).....41

4. Câu nói bị bỏ dở – sự đứt gãy của ngữ pháp và cảm xúc (Abandoned sentences — a break in syntax and emotion).....42

5. Từ dữ liệu luận án: biểu đồ về lỗi ngữ âm và cú pháp của 110 trẻ Việt (From dissertation data: charts of phonological and syntactic errors in 110 Vietnamese children)..... 44

6. Khi ngôn ngữ không mất đi, chỉ là ta chưa học cách nghe nó (When language is not gone—only unheard by us).....46

Kết chương - Chapter conclusion.....47

PART II – COMMUNICATION BUBBLES: WHEN CHILDREN SPEAK IN THEIR OWN WAY.....48

Chapter 3. When Hands Learn to Speak..... 52

1. Giao tiếp bằng ánh mắt, cử chỉ và khoảng lặng (Communicating through eye gaze, gesture, and quiet).....53

2. Khi bé M. chạm vào tay mẹ để nói "con thương mẹ" (When M. touched her mother's hand to say "I love you").....54

3. Những "bong bóng khí" – tín hiệu phi lời trong biển im lặng ("Air

bubbles"—nonverbal signals in a sea of quiet)..... 55
4. Khoa học về ngôn ngữ phi lời: cử chỉ, điệu bộ, biểu cảm (The science of nonverbal language: gesture, posture, expression)..... 56
5. Làm sao để người lớn "nghe" được bằng mắt và cảm nhận (How adults can "hear" with eyes and feeling)..... 58
Kết chương - Chapter conclusion..... 59
Chapter 4. The Countercurrent — When the World Misunderstands..... 60
1. Khi xã hội nghe mà không lắng nghe (When society hears but does not listen)..... 60
2. Nỗi cô đơn của cha mẹ có con tự kỷ (The loneliness of parents of children with autism)..... 62
3. Giáo dục hòa nhập ở Việt Nam: chính sách và thực tế (Inclusive education in Vietnam: policy and practice)..... 63
4. Định kiến, sự thiếu hiểu biết và những rào cản vô hình (Prejudice, ignorance, and invisible barriers)..... 65
5. "Chúng tôi không cần thương hại – chỉ cần được hiểu" ("We don't want pity — we want to be understood")..... 67
6. Dòng nước ngược – nơi tiếng nói cần được chống đỡ bằng lòng nhân ái (The Countercurrent — where voices need the buoy of compassion)..... 68
Kết chương - Chapter conclusion..... 69
PART III – THE RETURNING ECHO: THE JOURNEY BACK TO LANGUAGE.. 71
Chapter 5. When Sound Returns – The First Responses..... 75
1. Những buổi trị liệu đầu tiên – nơi im lặng bắt đầu tan chảy (The First Sessions – Where Silence Begins to Melt)..... 75
2. Từ dữ liệu thực nghiệm: 70% trẻ có cải thiện sau 6 tháng can thiệp (Data From the Field: 70% Improve After 6 Months)..... 76
3. Hành trình hồi đáp – khi trẻ bắt đầu gọi tên thế giới (The Response Journey – When Children Begin Naming the World)..... 77
4. Giữa lý thuyết ABA, PECS và cảm xúc thật của trẻ (Between ABA, PECS, and the Child's Real Emotions)..... 79
5. Khoa học không đủ – cần thêm trái tim của người lắng nghe (Science Isn't Enough – We Need the Listener's Heart)..... 81
Kết chương - Chapter conclusion..... 83
Chapter 6. The "Warm Water" Model — From Family Intervention to Community Care..... 83
1. Từ luận án đến thực tiễn: đề xuất mô hình tích hợp "Gia đình – Trung tâm – Trường học" (From thesis to practice: proposing an integrated "Family – Center – School" model)..... 84

2. 5 giai đoạn khơi mở ngôn ngữ: 1. Quan sát → 2. Phản hồi → 3. Mô phỏng → 4. Giao tiếp có chủ đích → 5. Hội nhập (Five stages to open language: 1. Observe → 2. Respond → 3. Model → 4. Intentional Communication → 5. Generalization).....86

4. Khi giáo viên trở thành người đồng hành cảm xúc (When teachers become emotional companions).....92

5. Xây dựng cộng đồng "nước ấm" – nơi mỗi tiếng vọng đều được đón nhận (Building a "warm-water" community — where every echo is welcomed).....94

Kết chương - Chapter conclusion.....97

PART IV – THE WATER'S VOICE: UNDERSTAND TO LOVE..... 99

Chapter 7. When Silence Turns to Light.....102

1. Sự chuyển hóa từ nghiên cứu sang nhận thức xã hội (From research to social awareness)..... 102

2. Những "ngôn ngữ khác" trong thế giới của trẻ tự kỷ (The "other languages" in an autistic child's world)..... 104

3. Từ phòng trị liệu đến lớp học, từ số liệu đến câu chuyện thật (From clinic to classroom, from statistics to real stories).....105

4. Tình yêu như công cụ trị liệu tự nhiên nhất (Love as the most natural therapeutic tool)..... 106

5. Mỗi đứa trẻ là một thế giới – chỉ cần ta biết cách nghe (Each child is a world—if only we learn to listen)..... 107

Kết chương – Chapter conclusion..... 108

CLOSING REMARKS — BENEATH THE WATER, WE MEET..... 109

1. Điều chúng ta đã thấy: im lặng có nghĩa, tiếng méo có hướng (What we have seen: silence has meaning, distorted sounds have direction).....110

2. Điều chúng ta đã làm: khơi một mô hình "Nước ấm" (What we have done: sparked a "Warm Water" model).....110

3. Điều chúng ta còn mắc kẹt: rào cản vô hình và nỗi cô đơn có cấu trúc (Where we remain stuck: invisible barriers and structural loneliness)..... 112

4. Điều chúng ta có thể cùng nhau làm tiếp: từ tiếng vọng đến tiếng nói chung (What we can do together next: from echoes to a shared voice).....113

5. Một khung đạo đức giản dị cho người lớn (A simple ethical framework for adults).....114

6. Tại sao tôi chọn ẩn dụ "nước" (Why I chose the "water" metaphor).....115

7. Những giới hạn của cuốn sách – và cách đi tiếp (Limits of this book—and the way forward)..... 116

8. Năm cam kết nhỏ – để biến sách thành đời sống (Five small pledges—to turn the book into life).....117

9. Lời cảm ơn và một lời xin lỗi (Thanks—and an apology)..... 117
10. Kết – Khi chúng ta học nói với nhau (Closing — When we learn to speak with one another)..... 118
PHỤ LỤC (APPENDICES)..... 120
TÀI LIỆU THAM KHẢO (REFERENCES):..... 130
I. TÀI LIỆU TIẾNG VIỆT (VIETNAMESE DOCUMENTS)..... 130
II. TÀI LIỆU TIẾNG ANH (ENGLISH DOCUMENTS)..... 132

LỜI GIỚI THIỆU - INTRODUCTION

Có những cuốn sách bước vào đời sống như một báo cáo khoa học, lặng lẽ mang theo con số, biểu đồ, định nghĩa; cũng có những cuốn sách đi về phía người đọc như một bàn tay nhẹ đặt lên vai, nhắc ta thở chậm lại giữa ngày dài. *Tiếng vọng dưới nước* thuộc về cả hai thế giới ấy. Nó được viết bởi một người đã đứng nhiều năm ở giao điểm của y khoa và ngôn ngữ, giữa phòng bệnh và phòng học, giữa những đêm trực và những trang luận văn – nơi con người được nhìn không chỉ như một ca lâm sàng, mà như một đời sống đang cần sự đồng hành.

Some books enter our lives like scientific reports, quietly carrying numbers, charts, and definitions; others approach the reader like a gentle hand resting on a shoulder, reminding us to breathe slowly in the middle of a long day. *Echoes Under Water* belongs to both worlds. It is written by someone who has stood for years at the crossroads of medicine and language — between the ward and the classroom, between night shifts and thesis pages — where a human being is seen not only as a clinical case but as a life in need of companionship.

"Tiếng vọng dưới nước" – cái tên đủ gợi một trực giác: vẫn có những âm thanh tồn tại, chỉ là tai thường không nghe thấy. Khi bước vào thế giới của trẻ tự kỷ, chúng ta sẽ gặp những khoảng lặng tưởng như trống rỗng, những câu nói dở dang, những âm tiết méo đi, những cử chỉ lặp lại – tất cả dễ khiến người lớn vội vàng kết luận rằng "trẻ không nói", "trẻ không hiểu", "trẻ không hợp tác". Cuốn sách này đề nghị ta thay đổi điểm đứng: đừng kéo vội những âm thanh ấy lên bờ như thể cứu vớt một vật chìm; hãy lặn xuống cùng trẻ, ở ngay trong môi trường nước của trẻ, để nghe được tiếng vọng theo đúng cách nó ra đời. Từ đó, ngôn ngữ không chỉ là phương tiện diễn đạt, mà là một hình thái hiện diện; giao tiếp không chỉ là trao đổi thông tin, mà là một mạng lưới nâng đỡ, nơi mỗi dấu hiệu nhỏ – một ánh mắt, một nhịp thở, một chạm tay – đều có thể trở thành chiếc mốc để con người bám vào.

"Echoes Under Water"—the very name carries an intuition: there are sounds that exist, only our ordinary ears do not hear them. When we enter the world of autistic children, we encounter silences that seem empty, unfinished sentences, warped syllables, repeated gestures—all of which tempt adults into hasty conclusions: "the child doesn't speak," "the child doesn't understand," "the child isn't cooperating." This book invites us to change our stance: don't drag those sounds up onto shore as if rescuing a sinking object; dive with the child, stay within the child's watery environment, so you can hear the echoes in the way they were born. From there,

language is not merely a vehicle of expression but a mode of presence; communication is not merely information exchange but a supporting net in which every small sign—a glance, a breath, a touch—can become a mooring for a person to hold on to.

Tôi đã biết đến Nguyễn Đông Hưng trước hết như một bác sĩ ngoại, một phẫu thuật viên thận trọng đến chi li với quy trình, nhưng lại dịu dàng lạ lùng khi nói chuyện với bệnh nhân và gia đình họ. Sau này, tôi biết thêm về anh như một nhà nghiên cứu ngôn ngữ học, kiên trì đọc những biến thể ngữ âm, những lỗi ngữ pháp tưởng vụn vặt, những rối loạn ngữ dụng khó nhìn bằng mắt thường. Giữa hai vai này – người cầm dao mổ và người cầm bút – Hưng chọn một nhịp đi đều: rất chậm khi cần hiểu một con người, và rất dứt khoát khi cần đưa ra một quyết định đúng. Cũng từ nhịp đi ấy mà *Tiếng vọng dưới nước* được hình thành: chậm rãi quan sát, dứt khoát đổi vị trí người nghe.

I first knew Nguyễn Đông Hưng as a surgeon—meticulous to the letter with procedure, yet disarmingly gentle when speaking with patients and their families. Later, I came to know him as a linguistics researcher, patiently reading phonetic variations, seemingly trivial grammatical errors, and pragmatic disorders that the naked eye struggles to see. Between these two roles—the one who holds the scalpel and the one who holds the pen—Hưng keeps an even pace: very slow when a person needs to be understood, and very decisive when a right decision must be made. Out of that cadence *Echoes Under Water* was formed: slow in observation, resolute in switching the listener's position.

Điểm đáng quý của cuốn sách là nó không diễn dịch trẻ tự kỷ bằng một thứ ngôn ngữ xa lạ. Nó không sa vào thứ lãng mạn chủ nghĩa biến mọi khác biệt thành thi vị, cũng không trấn áp khác biệt bằng ngôn từ kỹ thuật khô cứng. Thay vào đó, tác giả lựa chọn cách "nói hai thứ tiếng" một cách nhuần nhuyễn: tiếng của phòng khám – chính xác, có chứng cứ; và tiếng của căn nhà – ấm áp, đủ chậm để người trong cuộc theo kịp. Anh làm công việc của một người phiên dịch giữa hai thế giới: chuyển hóa dữ liệu thành câu chuyện, chuyển những đường biểu đồ thành hành trình có người đi cùng, chuyển những bảng kiểm thành động tác nhỏ có thể thực hiện ngay trong bếp, trong sân trường, trên ghế đá công viên.

What is precious about this book is that it does not interpret autistic children in a foreign tongue. It neither romanticizes difference into poetry nor subdues it with

arid technical jargon. Instead, the author chooses to "speak two languages" with ease: the language of the clinic—precise, evidence-based; and the language of the home—warm, slow enough for those inside to keep up. He works as a translator between two worlds: turning data into story, transforming lines on a chart into a journey that someone walks with you, converting checklists into small, doable actions in the kitchen, in the schoolyard, on a park bench.

Khi đọc bản thảo lần đầu, tôi dừng lại rất lâu ở một đoạn ngắn: một đứa trẻ chạm tay vào tay mẹ, không nói gì, rồi lùi lại. Trong mắt người ngoài, đó chỉ là một cử chỉ vụn, một phản xạ cảm xúc. Nhưng dưới lăng kính của cuốn sách này, đó là một câu nói đầy nghĩa: "Con ở đây." Và khi người mẹ học được cách đáp lại bằng một chạm tay chậm rãi, giữ đủ lâu để trẻ kịp cảm nhận, người mẹ cũng đang nói: "Mẹ nghe con." Ở nơi ấy, ngôn ngữ và trị liệu gặp nhau mà không cần lời to tát. Chỉ cần một nghi thức nhỏ, lặp lại được, bền bỉ: xin phép trước khi chạm; chạm với sự hiện diện; rút tay với một câu kết thúc dịu dàng để trẻ không rơi vào khoảng trống.

When I first read the manuscript, I paused for a long time at a brief passage: a child touches their mother's hand, says nothing, then steps back. To an outsider, it is a small gesture, a reflex of feeling. But under this book's lens, it is a sentence full of meaning: "I'm here." And when the mother learns to reply with a slow touch, held long enough for the child to register it, she too is speaking: "I hear you." In that place, language and therapy meet without grand declarations. All it takes is a small ritual, repeatable and steady: ask permission before you touch; touch with full presence; lift your hand away with a gentle closing phrase so the child does not fall into a void.

Trong nghiên cứu, Nguyễn Đông Hưng không né những điều khó: những lỗi ngữ âm lắt léo, những câu vô nghĩa xuất hiện đúng lúc sai chỗ, những đoạn nhại lời người lớn tưởng vô ích mà kỳ thực có chức năng tự trấn an. Nhưng anh cũng không dừng ở việc "đặt tên" rối loạn. Với anh, đặt tên là để mở cánh cửa can thiệp, không phải để đóng khung con người. Vì vậy, mỗi khái niệm chuyên môn đều được thả xuống mặt đất bằng một ví dụ đời thường: trò chơi đổi vai giúp con hiểu lượt đối thoại; một nghi thức trước giờ đi học để giảm nỗi lo chuyển cảnh; một "góc suy nghĩ" yên tĩnh trong lớp để trẻ tự điều chỉnh trước khi trở lại hoạt động chung. Những thứ nghe giản dị ấy chính là cách khoa học trở thành thực hành, và thực hành trở thành thói quen tốt.

In research, Nguyễn Đông Hưng does not avoid the difficult: subtle phonetic errors, sentences that make no sense arriving at precisely the wrong time, and the echoing of adults' words—seemingly useless yet in fact self-soothing. But he does not stop at "naming" a disorder. For him, naming opens the door to intervention; it does not box in a person. Thus every technical concept is set down on the ground with an everyday example: a role-play game to help a child understand conversational turns; a small pre-departure ritual to ease the anxiety of transitions; a quiet "thinking corner" in the classroom where a child can self-regulate before rejoining the group. These simple things are how science becomes practice and practice becomes a good habit.

Một đóng góp khác của *Tiếng vọng dưới nước* là cách tác giả đề nghị chúng ta tái định nghĩa thành công khi làm việc với trẻ tự kỷ. Thành công không chỉ là trẻ "nói như người lớn muốn", mà là trẻ "biết có người đang nghe". Thành công không chỉ là một câu hoàn chỉnh, mà có khi là một âm tiết đúng chỗ, một ánh mắt giữ đủ lâu, một cái gật đầu đúng thời điểm. Thành công không chỉ là điểm số trong một thang đo, mà còn là "nửa bát cơm" hôm nay nhiều hơn hôm qua, là năm phút ngồi yên trước giờ vào lớp, là một lần tự nhớ nhắc mình "xin phép" trước khi chạm bạn. Khi tiêu chí thành công trở nên nhân văn và cụ thể như thế, người lớn cũng bớt khắc nghiệt với chính mình; và chính sự bớt khắc nghiệt ấy tạo ra thêm năng lượng để ở lại đường dài.

Another contribution of *Echoes Under Water* is the way the author suggests we redefine success when working with autistic children. Success is not only that a child "speaks as adults wish," but that a child "knows someone is listening." Success is not only a complete sentence; sometimes it is a syllable placed just right, a gaze held long enough, a nod at the right moment. Success is not only a score on a scale; it is also "half a bowl of rice" today more than yesterday, five minutes of sitting calmly before class, one time remembering to say "excuse me" before touching a friend. When the criteria for success become humane and concrete like this, adults are less harsh with themselves; and that very gentleness generates more energy for the long road.

Trong các chương giữa, cuốn sách giới thiệu một mạch can thiệp mà tác giả gọi là "mô hình nước ấm": gia đình – nhà trường – trung tâm trị liệu cùng nâng nhiệt độ môi trường giao tiếp đến mức trẻ thấy an toàn mà thả lỏng, đủ ấm để muốn thử, đủ êm để không rút lui khi vấp váp. Cũng ở đây, tác giả đề xuất năm bước nhỏ nối nhau như một lối đi trên

mặt nước: quan sát không phán xét; phản hồi bằng dấu hiệu dễ nhận; mô phỏng chậm với vật thật và tình huống thật; gợi mở giao tiếp có chủ đích nhưng ngắn; và cuối cùng là hội nhập – đưa kỹ năng vừa học sáng bối cảnh mới. Năm bước nghe đơn giản, nhưng có thể triển khai ở mọi nơi: trong căn bếp sáng đèn buổi sớm, ở sân trường giờ ra chơi, hay trên ghế công viên trước cổng bệnh viện. Đặt vào đó là những ví dụ rất Việt Nam: một bữa cơm hành lang, một đôi dép quai hậu, tiếng tích tắc chiếc đồng hồ quả lắc trong ngôi nhà ngoại. Nhờ vậy, cuốn sách không rơi vào tình trạng "nhập khẩu" thực hành; nó trưởng thành từ chính đời sống này.

In the middle chapters, the book introduces an intervention stream the author calls the "warm-water model": family, school, and therapy center together raise the temperature of the communicative environment to where the child feels safe enough to relax—warm enough to try, soft enough not to retreat at the first stumble. Here, the author proposes five small steps linked like a path across the water: observe without judgment; respond with a signal that is easy to recognize; model slowly with real objects in real situations; invite intentional communication that is purposeful but brief; and finally, integration—carry the newly learned skill into new contexts. The five steps sound simple, yet they can be deployed anywhere: in a bright kitchen at dawn, in the schoolyard at recess, or on a park bench outside the hospital gate. Placed within them are examples deeply Vietnamese: a meal in a corridor, a pair of back-strap sandals, the ticking of a pendulum clock in a grandmother's house. Thanks to this, the book avoids "imported" practice; it grows from this very life.

Có lẽ vì xuất phát điểm là một bác sĩ, tác giả giữ được kỷ luật đặc biệt với sự rõ ràng. Ở những nơi dễ rơi vào cảm tính – như cảm xúc của cha mẹ, nỗi bất lực của giáo viên, sự mỏi mệt của người trị liệu – anh đề nghị những "khuôn chừng" rất thực tế: một tờ giấy nhỏ chỉ năm điều cần làm trong ngày; một thời khóa biểu hẹp lại nhưng giữ được nếp; một nghi thức năm phút trước khi bắt đầu hoạt động; một "hộp thư im lặng" cho những điều cha mẹ chưa biết nói với ai. Anh tin vào hiệu quả của những điều nhỏ lặp đi lặp lại – thứ mà anh gọi là "kỷ luật hiền": không gắt gao, không gượng ép, nhưng bền bỉ đủ để tạo nếp. Tôi cho rằng ở điểm này, cuốn sách đã làm được điều hiếm: biến lòng tốt thành phương pháp.

Perhaps because he began as a physician, the author keeps a rigorous clarity. In places that easily slide into the emotional—parental feelings, a teacher's helplessness, a therapist's fatigue—he proposes practical guardrails: a small note listing five things to do today; a tightened timetable that still preserves routine; a

five-minute ritual before starting an activity; a "silent mailbox" for what parents don't yet know how to say to anyone. He believes in the power of small things done repeatedly—what he calls "gentle discipline": not stern, not forced, but steady enough to form a habit. In this, I think the book achieves something rare: it turns kindness into a method.

Tuy vậy, *Tiếng vọng dưới nước* không tránh né những khía cạnh hệ thống. Ở những chương nói về dòng nước ngược, ta gặp các rào cản quen thuộc: thiếu cơ sở can thiệp sớm, thiếu nhân lực được đào tạo bài bản, thiếu liên thông giữa gia đình – trường học – trung tâm, thiếu những không gian công cộng thân thiện với khác biệt. Nhưng thay vì dừng lại ở phê phán, cuốn sách đưa ra gợi ý: một danh sách những thay đổi nhỏ ở cấp lớp học; những điều chỉnh hợp lý cho giờ ra chơi; những cách tổ chức góc tĩnh trong phòng học; những diagram đơn giản cho giáo viên và phụ huynh chia sẻ thông tin. Chính các gợi ý "vừa tầm tay" đó khiến người đọc cảm thấy có thể bắt đầu ngay – hôm nay, ở nơi mình đang đứng.

Even so, *Echoes Under Water* does not sidestep systemic facets. In the chapters on countercurrents, we meet familiar barriers: a shortage of early-intervention settings, a lack of well-trained personnel, poor linkage among family, school, and center, and public spaces that are unfriendly to difference. But instead of stopping at criticism, the book offers suggestions: a list of small classroom-level changes; reasonable accommodations for recess; ways to organize a quiet corner in a classroom; simple diagrams for teachers and parents to share information. These "within reach" ideas make the reader feel able to begin—today, right where they stand.

Tôi đặc biệt trân trọng cách cuốn sách "giải thiêng" vai trò của chuyên gia mà không hạ thấp chuyên môn. Tác giả không nêu danh bản thân như vị cứu tinh; trái lại, anh đặt người cha, người mẹ, người thầy xuống đúng vị trí của họ: những người có mặt cùng trẻ mỗi ngày, nhiều giờ hơn bất kỳ chuyên gia nào. Công việc của chuyên gia, vì thế, là trao lại tri thức ở dạng có thể dùng được; là dạy cách quan sát và ghi nhận; là chia kỹ năng thành mẩu nhỏ có thể luyện trong bối cảnh đời thật. Khi chuyên môn được chuyển hóa thành thói quen gia đình, một phép màu thầm lặng xảy ra: trẻ tiến lên mà không bị "kéo", còn người lớn tiến lên mà không kiệt sức.

I especially value the way the book demystifies the role of the expert without diminishing expertise. The author does not cast himself as a savior; rather, he places the father, mother, and teacher exactly where they belong: the ones who are present with the child every day, for more hours than any specialist. The specialist's task, therefore, is to hand back knowledge in a usable form; to teach how to observe and record; to break skills into small pieces that can be practiced in real life. When expertise is transformed into family habit, a quiet miracle happens: the child moves forward without being "pulled," and the adults move forward without burning out.

Ở tầng sâu hơn, *Tiếng vọng dưới nước* còn là một cuốn sách về ngôn ngữ như một đạo sống. Một khi ta đã học được cách lắng nghe âm thanh méo đi dưới nước, ta sẽ tự nhiên trở nên kiên nhẫn hơn với mọi dạng khác biệt ngoài kia: một cụ già nói chậm vì hụt hơi, một công nhân quê xa lúng túng vì ngôn từ không đủ, một đứa trẻ bình thường khóc vì sợ bóng tối trong đêm mất điện. Năng lực ngôn ngữ, theo nghĩa này, không chỉ là vốn từ và ngữ pháp; nó là khả năng thấy người khác như một con người trọn vẹn, trước khi họ nói trọn một câu. Khi năng lực ấy tăng lên, cộng đồng trở nên ấm hơn – không bằng những khẩu hiệu khuyến thiện, mà bằng vô số động tác nhỏ: một cái gật đầu kịp lúc, một nụ cười giữ lâu hơn một nhịp, một lời "xin phép" trước khi chạm, một tờ giấy chắt lọc năm điều tử tế trong ngày.

At a deeper level, *Echoes Under Water* is also a book about language as a way of life. Once we learn to listen to sounds that bend under water, we naturally grow more patient with every kind of difference out there: an elder speaking slowly for lack of breath, a migrant worker fumbling because words are scarce, an ordinary child crying out of fear of the dark during a power cut. Linguistic ability, in this sense, is not only vocabulary and grammar; it is the capacity to see another person as whole before they finish a sentence. As that capacity grows, the community warms—not through virtue-signaling slogans, but through countless small gestures: a nod given in time, a smile held for one beat longer, a "may I?" before a touch, a slip of paper distilled into five kind things for the day.

Và cuối cùng, cuốn sách nhắc ta về một chân lý tưởng hiển nhiên mà thường bị bỏ quên: không có im lặng nào là vô nghĩa. Im lặng của một đứa trẻ tự kỷ có thể là vùng nước sâu nơi ngôn ngữ đang nảy mầm; im lặng của một người mẹ sau đêm mất ngủ là khoảng nghỉ cần thiết trước khi tiếp tục; im lặng của người thầy đứng nhìn lớp trong giờ ra chơi là một kiểu quan sát giúp ông chọn đúng lúc bước tới. Khi ta học cách ở cùng im lặng, ta bỗng

nghe được nhiều hơn. Và khi ta nghe được nhiều hơn, ta nói ít lại mà đúng lúc; nói ít lại mà hữu ích.

And finally, the book reminds us of a truth that should be obvious but is often forgotten: no silence is meaningless. The silence of an autistic child may be deep water where language is germinating; the silence of a mother after a sleepless night is the pause she needs before going on; the silence of a teacher watching the class at recess is a kind of observation that helps him choose the right moment to step in. When we learn to dwell with silence, we suddenly hear more. And when we hear more, we speak less but at the right time; less, but more usefully.

Tôi tin *Tiếng vọng dưới nước* sẽ tìm được đường vào tay ba nhóm bạn đọc: những cha mẹ đang học cách đi bên cạnh con theo nhịp riêng; những giáo viên và nhân viên hỗ trợ đang loay hoay giữa yêu cầu chương trình và nhu cầu thật của từng đứa trẻ; và những bạn trẻ sắp bước vào nghề trị liệu, cần một bản đồ vừa khoa học vừa nhân bản để giữ mình khỏi mất phương hướng. Nhưng tôi cũng tin cuốn sách này có ích cho tất cả chúng ta – những người thường ngày vẫn nói rất nhiều mà hiếm khi được nghe thật kỹ – bởi nó mời gọi một thực hành chung: chậm lại một nhịp để giữ đúng; nhìn vào mắt nhau bốn giây trước khi trả lời; và mỗi tối, tự hỏi hôm nay mình đã *nghe* được ai theo đúng cách người ấy cần chưa.

I believe *Echoes Under Water* will find its way into the hands of three groups of readers: parents learning to walk beside their children at an individual pace; teachers and support staff caught between curriculum demands and the real needs of each child; and young people stepping into the therapy profession who need a map that is both scientific and humane to keep from losing their bearings. But I also believe this book will help all of us—those who speak so much yet are seldom truly heard—because it invites a shared practice: slow down one beat to get it right; look into one another's eyes for four seconds before replying; and each evening, ask whether we have heard someone today in the way they needed to be heard.

Có thể, khi khép lại trang cuối, bạn chưa có ngay một kế hoạch can thiệp cầu kỳ. Nhưng nếu bạn thấy mình muốn kéo tấm chăn lên cao hơn cho con trước khi tắt đèn; muốn đặt tay lên tay người thân đủ lâu để câu "mẹ ở đây" được nghe bằng da; muốn dành năm phút yên lặng trước khi bắt đầu một buổi học; muốn viết một tờ giấy nhỏ với năm điều cần

làm mỗi ngày rồi dán lên cánh tủ lạnh – thì cuốn sách đã hoàn thành nhiệm vụ của nó: biến tri thức thành nếp sống.

Perhaps, upon closing the last page, you won't yet have an elaborate intervention plan. But if you feel moved to pull the blanket a little higher over your child before the lights go out; to place your hand on a loved one's hand long enough for the phrase "I'm here" to be heard through the skin; to spend five quiet minutes before a lesson begins; to write a small note with five daily tasks and stick it on the refrigerator door—then the book will have done its work: turning knowledge into a way of living.

Những tiếng vọng dưới nước, suy cho cùng, không chờ ta vớt lên để vang. Chúng đã vang rồi – theo cách của nước. Công việc của ta, như tác giả kiên nhẫn chỉ ra, là đổi cách nghe. Và khi ta đổi cách nghe, thế giới đổi chất giọng: dịu hơn, ấm hơn, người với người gần hơn một quãng tay chạm.

The echoes under water, after all, do not wait for us to haul them up in order to resound. They already resound—in the way of water. Our task, as the author patiently shows, is to change how we listen. And when we change how we listen, the world changes its timbre: gentler, warmer, people closer by the span of a hand's touch.

Xin trân trọng giới thiệu *Tiếng vọng dưới nước* – một cuốn sách viết bằng trí tuệ của nghiên cứu và trái tim của người ở cùng người. Mong nó đến được với những ai đang đi trong dòng nước ngược, để biết rằng có một bờ ấm ở rất gần; và mong nó ở lại trên nhiều bàn học, nhiều mặt tủ lạnh, nhiều bàn ăn gia đình như một lời nhắc: "Mỗi tiếng vọng đều đáng được nghe."

I am honored to introduce *Echoes Under Water*—a book written with the intellect of research and the heart of one who abides with others. May it reach those swimming against the current, so they know there is a warm shore close by; and may it remain on many desks, many refrigerator doors, many family tables as a reminder: "Every echo deserves to be heard."

Hà Nội, 2025

Người viết lời giới thiệu

BS CKII Vũ Thắng

PGS.TS Nguyễn Văn Xuyên

LỜI MỞ – KHI LỜI NÓI CHÌM XUỐNG

OPENING — WHEN WORDS SINK

"Có những âm thanh không biến mất—chúng chỉ chọn ở dưới nước."

"Some sounds do not disappear—they simply choose to stay under water."

Hành trình từ phòng trị liệu đến trang viết (The journey from the therapy room to the page)

Tôi bắt đầu cuốn sách này không phải ở bàn làm việc, mà trong những căn phòng chật hẹp có mùi cồn sát khuẩn, nơi tiếng quạt trần quay đều như một chiếc đồng hồ cũ. Ở đó, tôi đã học cách ngồi yên trước một đứa trẻ không nhìn vào mắt mình; học cách đặt câu hỏi rồi để câu hỏi lặng đi; học cách chờ một ngón tay chạm vào bàn thay cho câu trả lời. Có hôm, một bé trai sáu tuổi xếp những chiếc nắp chai thành hàng dài, rồi đẩy nhẹ cho chúng xoay vòng. Thay vì cắt ngang để "trở lại hoạt động trị liệu", tôi hỏi: "Con cho những hành tinh này bay thêm một vòng nữa được không?" Đứa trẻ mỉm cười rất khẽ. Nụ cười ấy là một cái gật đầu—là sự cho phép để tôi bước vào quỹ đạo của con.

I did not begin this book at a desk, but in cramped rooms that smelled of antiseptic alcohol, where the ceiling fan turned like an old clock. There, I learned how to sit still before a child who would not meet my eyes; how to ask a question and then let the question fall quiet; how to wait for a fingertip placed on the table to stand in for an answer. One day, a six-year-old boy lined up bottle caps, then nudged them to spin. Instead of cutting in so we could "get back to therapy," I asked, "Could we let these planets make one more orbit?" The child smiled—barely. That smile was a nod—permission for me to enter his orbit.

Phòng trị liệu dạy tôi một nhịp đi riêng: chậm lại một nhịp để giữ đúng. Khi tôi nói ít đi, những tín hiệu nhỏ bắt đầu xuất hiện: ánh mắt rời khỏi sàn nhà nửa giây lâu hơn hôm qua, bàn tay ngừng vặn áo trong ba nhịp thở, một âm tiết bật ra rồi tắt—nhưng bật ra đúng lúc. Những thứ tưởng vụn vặt ấy, nếu được nhìn với sự tôn trọng, chính là đường chỉ may giữ liền mặt vải giao tiếp bị rách.

The therapy room taught me a different cadence: slow down one beat to get it right. As I spoke less, small signals began to appear: eyes lifting from the floor for half a second longer than yesterday; hands pausing their shirt-twisting for three breaths; a syllable popping out and vanishing—but arriving exactly on time. If we look at those so-called trivialities with respect, they are the seam that holds together a torn fabric of communication.

Tôi mang những ghi chú ấy về lại bàn viết. Đêm, khi thành phố mờ đi sau cửa kính, tôi đọc lại nhật ký trị liệu: những giờ phút uể oải tưởng như vô ích, những bừng sáng bất ngờ như một tia nắng chạm mặt nước. Tôi nhận ra: phần khó nhất không phải là tìm một kỹ thuật mới, mà là giữ một trái tim đủ bền để ở lại trong vùng nước lạnh lâu hơn. Viết, với tôi, là cách làm ấm lại trái tim sau mỗi buổi lặn.

I carried those notes back to my writing table. At night, with the city dim behind the glass, I reread my therapy journal: the weary minutes that felt useless, the sudden brightness like sunlight touching the water. I realized the hardest part is not finding a new technique, but keeping a heart sturdy enough to remain in cold water a little longer. Writing, for me, is how I warm that heart after each dive.

Trên đường đi từ phòng trị liệu đến trang viết, tôi học được việc đổi cách gọi. “Hành vi vấn đề” thành “tín hiệu cầu cứu”; “không hợp tác” thành “chưa an toàn”; “nói nhại” thành “tự điều chỉnh bằng âm thanh”; “im lặng” thành “vùng chờ của ý nghĩa”. Khi ngôn từ đổi thái độ, người lớn đổi vị trí đứng: từ phán xét sang đồng hành; từ thúc ép sàng gợi mở. Trang viết vì thế không còn là nơi báo cáo kết quả, mà là nơi cô đọng kinh nghiệm: kinh nghiệm lắng nghe, kinh nghiệm thất bại, kinh nghiệm kiên nhẫn.

On the road from the therapy room to the page, I learned to change my naming. “Problem behavior” became “a call for help”; “non-compliance” became “not yet safe”; “echolalia” became “self-regulation by sound”; “silence” became “the waiting room of meaning.” When words change their attitude, adults change their stance: from judgment to companionship; from pressure to invitation. The page, then, ceases to be a place to report results and becomes a place to distill experience: the experience of listening, of failing, of patience.

Có lần, một người mẹ hỏi tôi: “Bác sĩ ơi, con tôi bao giờ mới nói?” Tôi không có câu trả lời đủ chắc. Tôi nói: “Hôm nay, ta thử để con nói bằng cách khác.” Chúng tôi đặt một quả bóng mềm lên bàn, tập cho bé đẩy bóng về phía mẹ mỗi lần muốn “thêm nữa”. Cuối buổi, đứa trẻ thốt lên “nữa”—mờ, ngắn, méo—nhưng đó là từ đầu tiên đi ra từ bên trong, không phải lặp lại tiếng của ai. Người mẹ bật khóc. Tôi về nhà, mở sổ, viết một dòng: “Ngôn ngữ xuất hiện khi ý nghĩa có nơi để tựa.” Một cuốn sách, có lẽ, bắt đầu từ những dòng như thế.

Once, a mother asked me, “Doctor, when will my child speak?” I had no answer I could trust. I said, “Today, let’s try letting your child speak in another way.” We placed a soft ball on the table and practiced pushing it toward Mom each time the child wanted “more.” At the end of the session, the child said “more”—faint, brief, distorted—yet it was the first word to come from within, not a repetition of someone else’s voice. The mother burst into tears. I went home, opened my notebook, and wrote: “Language appears when meaning has a place to lean.” Perhaps a book begins with lines like that.

Khi những con số hóa thành tiếng thở (When numbers turn into breathing)

Tôi yêu dữ liệu. Dữ liệu cứu tôi khỏi mơ hồ, khỏi chủ quan, khỏi sự phấn khích dễ lầm sau vài ca tiến bộ. Nhưng tôi cũng biết dữ liệu có một giới hạn: nó không thở. Bảng biểu vẽ đường đi của trung bình, còn liệu trình được quyết định bởi những ngoại lệ. Trên biểu đồ, “70% cải thiện sau sáu tháng” là một con số đẹp; trong phòng trị liệu, có một đứa trẻ nằm ở phần 30% còn lại và em ấy là cả một vũ trụ.

I love data. Data saves me from vagueness, from subjectivity, from the easy thrill that follows a few good cases. But I also know data has a limit: it does not breathe. Charts trace the path of averages; treatment is decided by exceptions. On a graph, “70% improve after six months” is a handsome figure; in a therapy room, there is one child in the other 30%, and that child is a universe.

Vì vậy, tôi tập một thói quen: mỗi lần hoàn thành một bảng tổng hợp, tôi ngồi thở năm phút. Tôi đọc lại con số như đọc nhịp tim của một căn phòng: nhanh ở đoạn chuyển cảnh; chậm nơi có sự do dự; đều khi an toàn tăng lên. Tôi hỏi: “Con số này đang nói gì mà tôi chưa nghe kịp?” Đôi khi, nó nói rằng một âm vị không phát được không chỉ vì cơ cấu

miệng mà vì cảm giác chưa yên. Đôi khi, nó nói rằng tỉ lệ "nói nhại" cao không phải là tin xấu bởi đó là cách trẻ tự trấn an, tự bắt nhịp với ngữ điệu của người lớn trước khi có nội dung của riêng mình. Và đôi khi, nó nói rằng tiến bộ không nằm ở số âm tiết mới, mà ở số lần con chủ động nhìn về phía người đối thoại.

So I developed a habit: every time I finish a summary table, I sit and breathe for five minutes. I read the figures the way I would read a room's heartbeat: quick at transitions; slow where there is hesitation; steady when safety increases. I ask, "What is this number saying that I haven't yet heard?" Sometimes it says a sound that won't come isn't just about the mouth's mechanics but about an unsettled body. Sometimes it says a high "echolalia rate" isn't bad news at all, because it is how a child self-soothes, how they tune to adult prosody before they have meanings of their own. And sometimes it says progress lies not in the count of new syllables but in how often the child initiates a glance toward the person they're with.

Tôi nhớ một bé gái bảy tuổi, vốn rất "điểm tốt" trên giấy: vốn từ phong phú, phát âm rõ, ghép câu đúng. Những lớp học vẫn than "con không biết chơi cùng bạn". Chúng tôi ghi nhận bằng số: ba lần chủ động mời bạn trong một giờ sinh hoạt chung. Con số quá nhỏ. Tôi mang con số về nhà, thấy nó lẻ loi. Sáng hôm sau, tôi vào lớp với một quả chuông nhỏ. Quy ước mới: ai muốn mời bạn thì rung chuông. Trong một tuần, không ai rung. Tuần thứ hai, một tiếng chuông khẽ vang. Tôi đánh dấu: 1. Rồi 2. Rồi 4. Cuối tháng, con số đã thành đường. Lúc ấy, bảng dữ liệu mới thật sự thở.

I remember a seven-year-old girl who looked "excellent" on paper: rich vocabulary, clear articulation, correct sentences. Yet school kept saying, "She doesn't know how to play with others." We recorded it in numbers: three spontaneous invitations to peers during one hour of group time. Too small a number. I took it home and found it lonely. The next morning I walked into class with a small bell. A new rule: if you want to invite someone, ring the bell. For one week, no one rang. In the second week, a soft chime. I marked: 1. Then 2. Then 4. By the end of the month, the number had become a line. Only then did the data sheet truly breathe.

Tôi không chống lại thống kê; tôi chỉ muốn trả nó về đúng vị trí: nền tảng để khiêm nhường. Con số cho ta biết "cái thường", còn công việc của ta là tìm "cái riêng". Khi những con số biết thở, chúng dẫn đường thay vì trói tay. Khi chúng được đặt bên cạnh câu chuyện, chúng trở thành la bàn, không còn là phán quyết.

I’m not against statistics; I just want to put them back where they belong: a foundation for humility. Numbers tell us “the usual”; our work is to find “the particular.” When numbers know how to breathe, they guide rather than bind. Set beside a story, they become a compass, no longer a verdict.

“Tiếng vọng dưới nước” – ẩn dụ của sự giao tiếp vô thanh (“Echoes Under Water” — a metaphor for voiceless communication)

Tại sao là “dưới nước”? Bởi dưới nước, âm thanh vẫn có nhưng đường đi của nó khác. Nó chậm hơn, méo hơn, cần khoảng cách gần hơn để nghe thấy. Ở đó, người nghe muốn hiểu phải lặn xuống, phải mang theo một loại kiên nhẫn khác, một nhịp thở khác, một thân nhiệt ổn định hơn. Mọi vội vàng đều trở thành tiếng động làm đục nước.

Why “under water”? Because under water, sound still exists, but its path is different. It is slower, more distorted, and must travel a shorter distance to be heard. There, the listener who wants to understand must dive, carrying another kind of patience, another rhythm of breath, a steadier body temperature. All hurry becomes noise that muddies the water.

Trẻ tự kỷ thường giao tiếp như thế: có âm thanh, có ý nghĩa, có nhịp điệu nhưng không đi qua kênh thông thường. Một cái chớp mắt dài là “tạm dừng”; một cái quay đầu là “con cần chỗ”; một lần dậm chân là “xin đừng đổi thứ tự”; một chuỗi âm “a-a” đều đều là chiếc chăn ấm quấn quanh hệ thần kinh đang bị kích hoạt. Nếu ta đứng trên bờ, chỉ nghe âm lượng, ta sẽ thấy ồn. Nếu ta lặn xuống, ta nghe nhịp điệu tự điều chỉnh.

Autistic children often communicate like that: there is sound, meaning, rhythm—but it does not pass through the usual channel. A long blink means “pause”; a turned head means “I need space”; a foot stomp says “please don’t change the order”; a steady string of “a-a” is a warm blanket around a nervous system being triggered. If we stand on shore and listen only for volume, it is noise. If we dive, we hear the rhythm of self-regulation.

Ẩn dụ “dưới nước” còn giúp tôi sửa một thói quen: đánh giá quá nhanh. Trên bờ, ta có xu hướng đòi câu nói trọn vẹn, ánh mắt đúng chuẩn, cử chỉ “phù hợp bối cảnh”. Dưới nước,

ta học cách tôn trọng từng nửa bước. Một âm tiết đúng lúc đáng được ghi nhận không kém một câu hoàn chỉnh. Một cái gật đầu đúng chỗ là một câu "vâng" đủ nghĩa. Một lần đẩy quả bóng về phía người đối diện là một lời mời tham gia. Những thứ ấy, nếu liên tục được phản hồi đúng mức, sẽ chồng lên thành cầu thang ngôn ngữ.

The "under water" metaphor also corrects a habit of mine: judging too fast. On shore, we tend to demand complete sentences, textbook eye contact, gestures "appropriate to context." Under water, we learn to honor half-steps. A syllable at the right moment deserves as much recognition as a complete sentence. A nod at the right place is a fully meaningful "yes." One push of a ball toward the other person is an invitation to join. If those acts are consistently met with right-sized responses, they stack into a staircase of language.

Tôi thường bắt đầu buổi làm việc bằng một nghi thức nhỏ: hai phút "đồng bộ nước" tắt bớt tiếng ồn, giảm kích thích thị giác, ngồi cạnh chứ không đối diện, thở bốn nhịp cùng nhau. Chỉ sau hai phút ấy, "mặt nước" đã khác, và tiếng vọng bắt đầu vang theo cách của nó. Ẩn dụ không phải để lãng mạn hóa khó khăn; nó là thiết bị điều chỉnh tư thế: nhắc ta thay đổi môi trường trước khi yêu cầu thay đổi hành vi.

I often begin a session with a small ritual: two minutes of "water attunement"—dimming noise, reducing visual stimuli, sitting beside rather than face-to-face, breathing four counts together. After those two minutes, the "surface" has changed, and the echoes begin to sound in their own way. The metaphor is not to romanticize difficulty; it is a posture-adjuster: a reminder to change the environment before asking behavior to change.

Tại sao phải lặn xuống để lắng nghe trẻ tự kỷ? (Why must we dive to listen to autistic children?)

Bởi vì đứng trên bờ, ta chỉ thấy "khác lạ"; lặn xuống, ta thấy "quy luật". Mỗi đứa trẻ đều có một hệ quy chiếu riêng: trình tự, chạm, màu sắc, vị trí đồ vật, chất liệu vải, mùi quen thuộc. Trong hệ quy chiếu ấy, điều ta gọi là "bất thường" thường là "điểm tựa". Khi ta phá điểm tựa mà không báo trước, trẻ sẽ rơi vào hỗn loạn; khi ta dùng chính điểm tựa ấy để gợi mở, trẻ sẽ dám bước ra một bước.

Because on shore, we see only "strangeness"; underwater, we see "pattern." Every child has a personal frame of reference: sequence, touch, color, the placement of objects, fabric textures, familiar smells. In that frame, what we call "abnormal" is often a "point of anchoring." Break that anchor without warning, and the child falls into chaos; use that very anchor to invite, and the child dares a step outward.

Lặn xuống còn để học cách giữ thân nhiệt. Người lớn dễ nóng lên bởi kỳ vọng, bởi lo lắng, bởi sợ đánh mất thời gian vàng. Nhưng nước ấm mới dẫn âm thanh đi xa. Một buổi làm việc "ấm" là buổi không gắt gỏng khi trẻ lặp lại một nghi thức; là buổi không phán xét khi trẻ chưa vào bài ngay; là buổi biết chuyển bài khi thấy con mệt; là buổi kết thúc sớm một chút để giữ cảm giác thành công cho lần sau. Những quyết định nhỏ như thế là "khoa học của lòng trắc ẩn": chúng không chống lại bằng chứng, chúng tối ưu hóa bối cảnh để bằng chứng có đất sống.

We dive also to learn how to keep our temperature. Adults heat up easily—with expectation, with worry, with fear of missing the golden window. But only warm water carries sound far. A "warm" session is one where we don't snap when a child repeats a ritual; we don't judge when they don't start right away; we switch tasks when we see fatigue; we end a little early to preserve a feeling of success for next time. Such small decisions are "the science of compassion": they do not defy evidence; they optimize the setting so evidence has room to live.

Lặn xuống cũng để *nhìn ngang tầm*. Tôi luôn cố hạ người xuống, ngồi xổm, quỳ một gối, hoặc ghé cạnh bàn để ánh mắt mình đi ngang, không đè từ trên xuống. Tư thế thay đổi, giọng nói tự dịu lại. Một đứa trẻ rất ít nhìn tôi khi tôi đứng, nhưng sẵn sàng chạm nhẹ vào khuỷu tay khi tôi ngồi. Sự thay đổi nửa mét ấy, nhiều khi, là khác biệt giữa "không có tiến triển" và "một bước tiến nhỏ".

We dive, too, to meet at eye level. I always try to lower myself: squat, kneel on one knee, or lean beside the table so our eyes travel sideways, not from above. When posture changes, the voice softens on its own. A child who rarely looks at me when I stand will gently touch my elbow when I sit. That half-meter shift is often the difference between "no progress" and "one small step."

Cuối cùng, lặn xuống để "nghe chính mình." Ta không thể xin một đứa trẻ chậm lại nếu chính ta không biết chậm lại. Ta không thể dạy một gia đình thở đều nếu chính ta không biết thở đều. Một buổi làm việc tốt bắt đầu trước đó: khi người trị liệu tự rửa tay chậm hơn một nhịp, tự chỉnh ghế ngay ngắn, tự ghi vài dòng mục tiêu rõ ràng và dễ đạt. Kỷ luật nội tâm của người lớn là bình dưỡng khí cho toàn bộ buổi lặn.

Finally, we dive to "hear ourselves." We cannot ask a child to slow down if we ourselves cannot slow down. We cannot teach a family to breathe evenly if we ourselves cannot breathe evenly. A good session begins before it starts: when the therapist washes their hands one beat slower, squares the chair, and writes a few clear, attainable goals. The adult's inner discipline is the oxygen tank for the entire dive.

Ngôn ngữ không chỉ là lời nói mà là cách một tâm hồn chạm tới thế giới (Language is not only speech, but the way a soul touches the world)

Ngôn ngữ, theo sách vở, gồm âm vị, hình vị, cú pháp, ngữ nghĩa, ngữ dụng. Nhưng trong căn phòng có một đứa trẻ đang cố ghép một ngày của mình lại, ngôn ngữ là chiếc cầu để ý nghĩa đi qua. Một cái chạm tay là danh từ; một lần đẩy bóng là động từ; một cái nhìn lâu hơn là dấu phẩy; một nụ cười là dấu chấm. Khi cầu đủ vững, từ ngữ mới đi theo. Đòi câu chữ trước khi có cây cầu là dựng cột trên không.

In textbooks, language is phonemes, morphemes, syntax, semantics, pragmatics. But in a room where a child is trying to piece a day back together, language is the bridge over which meaning crosses. A touch of the hand is a noun; a push of the ball is a verb; a longer look is a comma; a smile is a period. When the bridge is sturdy enough, words will follow. Demanding sentences before building the bridge is like raising pillars in the air.

Tôi từng hỏi một cậu bé mười tuổi: "Con thích nhất là gì?" Em đưa tôi xem một xấp thẻ ảnh: một chiếc xe buýt màu vàng, một bức tường gạch đỏ, một chiếc ghế xanh lá, một khung cửa sổ. Em không nói "con thích trật tự", nhưng tôi hiểu. Từ đó, mọi bài tập của em đều bắt đầu bằng sắp xếp: sáu thẻ thành hàng, bốn món đồ theo màu, ba động tác theo thứ tự. Khi *trật tự được tôn trọng*, *ngôn ngữ tự sinh*. Ba tháng sau, em có thể nói "đến lượt con". Không phải vì em học thuộc câu, mà vì em *đã có lượt của mình*.

I once asked a ten-year-old boy, “What do you like most?” He showed me a deck of photo cards: a yellow bus, a red brick wall, a green chair, and a window frame. He didn’t say “I like order,” but I understood. From then on, every task began with arranging: six cards in a row, four items by color, three actions in sequence. When order was respected, language arose. After three months, he could say, “It’s my turn.” Not because he had memorized a sentence, but because he now truly had a turn.

Một bé gái khác không chịu nói tên đồ vật, chỉ gọi “cái này và cái kia”. Chúng tôi không ép. Thay vào đó, mỗi tối mẹ con cùng nhau “đi siêu thị trong nhà”: một chiếc giỏ nhỏ, ba món đồ phải gọi đúng tên mới được bỏ vào. Mẹ nói trước, con lặp lại, rồi đổi vai. Một tuần, hai tuần, ba tuần… Đến tuần thứ tư, bé tự gọi “bánh quy”. Đó là buổi tối cả nhà mở hộp bánh quy ăn mừng. Ngôn ngữ ở lại khi nó được gắn vào một *niềm vui chung*. Niềm vui chung là chất keo của trí nhớ.

Another little girl refused to name objects, calling everything “this & that.” We didn’t force it. Instead, each evening she and her mother went “shopping at home”: a small basket, three items that had to be called by name before they could go in. Mom spoke first, the child echoed, then they switched roles. One week, two, three… In the fourth week, the child named “cookies” on her own. That night the family opened a box of cookies to celebrate. Language stays when it is tied to shared joy. Shared joy is the glue of memory.

Ngôn ngữ cũng là một *tư thế đạo đức*. Cách ta nói với trẻ dạy trẻ cách nói với thế giới. Nếu ta thường xuyên dùng từ ngữ xin phép “Mẹ sờ tay con nhé”, “Cô ngồi cạnh con được không” trẻ học ranh giới lành mạnh. Nếu ta biết nói “không” một cách hiền “Giờ này chưa được, để lát nữa nhé” trẻ học trì hoãn mà không bị bỏ rơi. Nếu ta tập nói “cảm ơn” với những nỗ lực nhỏ “Con gật đầu đúng lúc rồi, cảm ơn con” trẻ học rằng mình *có giá trị*. Từ “có giá trị” là tiền đề của mọi cuộc đối thoại.

Language is also an ethical stance. The way we speak to a child teaches the child how to speak to the world. If we routinely ask permission—“May I hold your hand?” “May I sit beside you?”—the child learns healthy boundaries. If we can say “no” gently—“Not now; a little later, okay?”—the child learns to wait without feeling abandoned. If we practice gratitude for small efforts—“You nodded right on

time; thank you”—the child learns they have worth. A sense of worth is the premise of every conversation.

Tôi tin, hơn cả một kỹ năng, ngôn ngữ là *một lối sống của sự có mặt*: có mặt với chính mình để biết mình đang sợ hay đang mệt; có mặt với người đối diện để biết họ đang ở đoạn nào của cây cầu; có mặt với không gian để bớt tiếng ồn, bớt đèn gắt, bớt mùi lạ. Khi sự có mặt trở thành nếp, lời nói sẽ đến như trái chín. Không cần kéo; chỉ cần chăm đất.

More than a skill, I believe language is a way of life called presence: presence with oneself to know whether one is afraid or tired; presence with the person across from us to know where they are on the bridge; presence with the space so there is less noise, less harsh light, fewer strange smells. When presence becomes a habit, words ripen like fruit. We need not pull; we only need to tend the soil.

Lời hẹn trước khi lặn (A promise before the dive)

Những trang tiếp theo không phải là bản đồ duy nhất. Chúng chỉ là tập hợp những lối mòn đã được nhiều bàn chân nhỏ đi qua đủ nhiều để thành đường. Tôi sẽ kể về mặt nước im lặng và những âm thanh méo mó; về bong bóng giao tiếp và dòng nước ngược; về tiếng vọng trở lại và cách giữ nước ấm quanh một đứa trẻ. Mỗi câu chuyện đi kèm một thực hành nhỏ thứ có thể làm *hôm nay*, *tại nhà*, *không tốn kém*, *không cầu kỳ*.

What follows is not the only map. It is a collection of footpaths many small feet have walked often enough to become a trail. I will write of silent surfaces and warped sounds; of communication bubbles and countercurrents; of returning echoes and how to keep the water warm around a child. Each story is paired with a small practice—something you can do today, at home, without expense or fuss.

Nếu có một điều duy nhất tôi mong bạn mang theo khi khép lại phần mở đầu này, thì đó là: “Đừng sợ im lặng.” Hãy coi im lặng như vùng đất đang ươm mầm. Khi ta lặn xuống, chậm rãi, và ở lại đủ lâu, ta sẽ nghe thấy tiếng thở đầu tiên của một ngôn ngữ mới ngôn ngữ của một tâm hồn đang tìm cách chạm tới thế giới.

If there is one thing I hope you carry away from this opening, it is this: “Do not fear silence.” Treat silence as ground where seeds are germinating. When we dive, slowly,

and stay long enough, we will hear the first breath of a new language—the language of a soul finding its way to touch the world.

Chúng ta đi thôi. Chậm, nhưng chắc. Ở dưới nước, mọi tiếng vọng đều cần một người nghe. Và hôm nay, người nghe đó là bạn.

Let's go. Slowly, but surely. Under water, every echo needs a listener. And today, that listener is you.

PHẦN I – DÒNG NƯỚC NGUỒN: NHỮNG NỀN TẢNG CỦA SỰ KHÁC BIỆT

PART I – THE HEADWATERS: FOUNDATIONS OF DIFFERENCE

Chương 1. Mặt nước im lặng – Khi ngôn ngữ chưa được sinh ra

Chapter 1. The Silent Surface — When Language Has Not Yet Been Born

"Im lặng không phải là khoảng trống, mà là nơi ý nghĩa đang gom lại để tìm lối ra."

"Silence is not an empty space, but the place where meaning gathers itself to find a way out."

1. Những biểu hiện đầu đời của sự im lặng có nghĩa (Early signs of meaningful silence)

Có những đứa trẻ bình yên như buổi sáng sau mưa: ít khóc, ít đòi bế, có thể nằm hàng giờ nhìn một dải sáng trên tường. Với người ngoài, đó là "ngoan", "ít mè nheo". Với người làm nghề, đó là lời nhắc: im lặng cũng là một ngôn ngữ.

Some children are as calm as a morning after rain: they cry little, rarely demand to be held, and can lie for hours watching a shaft of light on the wall. To outsiders, that is "easy," "not fussy." To those of us in the field, it is a reminder: silence is also a language.

Những dấu hiệu đầu đời thường thấy - **Common early signs include**:

- **Ánh nhìn lướt qua nhưng hiếm khi neo lại.** Trẻ có thể ngắm quạt trần rất lâu nhưng khi mẹ gọi tên, mắt chỉ chạm rồi rời, như hạt mưa lăn trên lá.

  A gaze that glances but rarely anchors. A child may watch the ceiling fan for a long time, but when a mother calls their name, the eyes touch and slip away like raindrops rolling off a leaf.

- **Phản ứng với âm thanh không ổn định.** Tiếng nhạc nhỏ ở xa khiến trẻ quay đầu, nhưng tiếng gọi gần lại "trôi" đi. Không hẳn trẻ không nghe; có thể não đang phân loại tiếng ồn theo một lưới lọc khác.

  Inconsistent responses to sound. Faint music far away makes the child turn their head, while a nearby call "slides past." It's not necessarily that the child can't hear; the brain may be sorting noise through a different filter.

- **Cử chỉ báo hiệu chưa định hình.** Ít khi chỉ tay để "khoe" hoặc "xin"; thay vào đó, kéo tay người lớn đến đồ vật, hoặc tự với, tự làm.

  Signaling gestures not yet formed. The child seldom points to "show" or to "ask"; instead, they pull an adult's hand to an object, or reach and do it themselves.

- **Giọng khóc một màu.** Vui – buồn – đau – đói có thể được phát ra cùng một cao độ, khiến người lớn khó đoán nhu cầu.

  A one-tone cry. Joy–sadness–pain–hunger may all come at the same pitch, making needs hard for adults to read.

- **Yêu thích nhịp điệu lặp.** Nhìn ánh sáng chớp, quay bánh xe, xếp thẳng hàng đồ vật – như thể trật tự bên ngoài giúp trấn tĩnh cơn sóng bên trong.

  A love of repetitive rhythm. Watching flickering light, spinning wheels, lining objects up—as if outer order helps calm inner waves.

Những điều ấy không đồng nghĩa với "vô cảm" hay "không hiểu". Chúng là dấu chỉ điều chỉnh thần kinh: trẻ chọn cách giao tiếp ít nhiễu nhất trong một thế giới quá nhiều kích thích. Sự im lặng, vì vậy, có nghĩa: "Con đang cố giữ mình yên."

These do not equal "insensible" or "uncomprehending." They are markers of neural regulation: the child is choosing the least noisy way to communicate in a world overloaded with stimuli. Silence, therefore, has meaning: "I'm trying to keep myself steady."

Gợi ý thực hành nhỏ - **Small practical suggestions**:

- Ngồi **cạnh** thay vì đối diện; hạ thấp người, tránh đè ánh nhìn.

  Sit beside rather than face-to-face; lower your body so your gaze doesn't press down.

- Dùng **tín hiệu tay** nhất quán cho 3 nhu cầu cơ bản: *con muốn thêm*, *con dừng lại*, *con cần giúp*.

  Use consistent hand signals for three basic needs: more, stop, help.

- Ghi một **"nhật ký im lặng"**: thời điểm, bối cảnh, tín hiệu nhỏ (liếc mắt, nắm tay, xoay người). Sau một tuần, bạn sẽ thấy các mô thức.

  Keep a "silence journal": note the time, context, and small signals (eye flick, hand squeeze, torso turn). After a week you'll see patterns.

2. Khi trẻ không đáp lại – khoảng trống trong giao tiếp đầu đời (When a child doesn't respond — the gap in early communication)

Khoảng trống không làm người lớn sợ vì nó rỗng, mà vì ta không biết **đặt gì vào đó**. Khi gọi tên mà con không quay lại, khi hỏi mà con không trả lời, khi bế mà con ngả người ra xa – người lớn dễ nhảy tới ba kết luận nguy hiểm: con **không quan tâm**, con **không hiểu**, con **không thương**. Ba kết luận ấy **khóa cửa** đối thoại ngay từ đầu.

The gap frightens adults not because it's empty, but because we don't know what to place in it. When a child doesn't turn at their name, doesn't answer a question, leans away when held—adults quickly leap to three dangerous conclusions: the child doesn't care, doesn't understand, doesn't love. Those conclusions lock the door to dialogue from the start.

Thử đọc khoảng trống theo một cách khác - **Try reading the gap another way**:

- **Không quay mặt** có thể là *một cơ chế tiết kiệm*. Ánh nhìn trực diện là gói dữ liệu "nặng": mắt – mũi – miệng – giọng nói – mùi – khoảng cách. Né đi là cách não giảm tải để không vỡ trận.

Not turning the face can be an economic mechanism. Direct eye contact is a "heavy" data packet—eyes, nose, mouth, voice, smell, distance. Looking away is how the brain reduces load to avoid overload.

- **Không trả lời** có thể là *độ trễ xử lý*. Trẻ cần thêm 3–7 nhịp để ghép âm thanh → ý nghĩa → phản hồi. Ta lặp lại quá sớm sẽ "đè" lên quá trình ấy.

  Not answering may be processing latency. The child needs 3–7 beats to link sound → meaning → response. If we repeat too soon, we "press down" on that process.

- **Ngả người ra** có thể là *báo động ranh giới*. Cơ thể trẻ nói "nhiều quá" trước khi lời kịp đến.

  Leaning away may be a boundary alert. The body says "too much" before words can arrive.

Khoảng trống vì vậy **có cấu trúc**. Nếu ta đặt đúng thứ vào đó – **thời gian chờ**, **tín hiệu báo trước**, **lựa chọn đơn giản** – giao tiếp sẽ nảy mầm.

The gap, then, has structure. If we place the right things in it—wait time, advance cues, simple choices—communication will sprout.

Ba công cụ lấp khoảng trống - **Three tools to bridge the gap**:

1. **Đếm thầm 5–7 nhịp** sau mỗi câu hỏi ngắn ("Con muốn nước không?"). Không có phản hồi mới lặp lại, **nguyên văn**, **cùng nhịp**, **cùng tông**.

   Count silently for 5–7 beats after each short question ("Do you want water?"). If there's no response, repeat verbatim with the same rhythm and tone.

2. **Hai lựa chọn nhìn thấy được** (giơ 2 món đồ): "Con chọn *nước* hay *sữa*?" Lựa chọn là cầu thang giữa im lặng và lời.

Offer two visible choices (show two objects): "Water or milk?" Choice is the staircase between silence and speech.

3. **Báo trước – Làm – Kết** (BLK) cho mọi hoạt động: "Mẹ **sờ tay con nhé** (báo trước). **Sờ 3 giây** (làm). **Xong rồi, cảm ơn con** (kết)." Khi biết điểm *bắt đầu/kết thúc*, trẻ yên hơn.

   Báo trước – Làm – Kết (BLK) — "Pre-announce – Do – Close" for every activity: "May I hold your hand? (pre-announce). Hold for 3 seconds (do). All done, thank you. (close)." When a child knows the beginning and the end, they settle.

3. Khoa học nhìn ngôn ngữ như một hành trình thần kinh (The science that views language as a neural journey)

Ngôn ngữ không "bật ra" như công tắc. Nó là một hành trình thần kinh đi qua nhiều "trạm" **- Language does not "flip on" like a switch. It is a neural journey that passes through many waystations**:

- **Trạm cảm giác (sensory gating):** Lọc bớt kích thích để còn băng thông cho giao tiếp. Ở một số trẻ, "cửa lọc" mở quá rộng (quá tải) hoặc quá hẹp (khó bắt sóng).

  Sensory gating: Filtering excess stimuli to leave bandwidth for connection. In some children, the "filter door" is too open (overload) or too narrow (hard to tune in).

- **Trạm chú ý chung (joint attention):** Hai người cùng hướng tới một vật/việc (nhìn – chỉ – chia sẻ). Đây là **cột mốc vàng** dự báo phát triển ngôn ngữ.

  Joint attention: Two people orienting to the same object/event (look–point–share). This is a golden milestone predicting language growth.

- **Trạm bắt chước (imitation):** Bắt chước động tác, âm thanh, nhịp điệu – chiếc cầu để từ *làm cùng* sang *nói cùng*.

  Imitation: Copying movements, sounds, rhythms—the bridge from doing together to speaking together.

- **Trạm biểu tượng (symbolic play):** Chơi giả vờ, dùng một vật thay cho vật khác – tiền đề của **từ** thay cho **vật**.

  Symbolic play: Pretend play, using one thing in place of another—the precursor to a word standing in for a thing.

- **Trạm ngữ dụng (pragmatics):** Dùng ngôn ngữ đúng lúc, đúng người, đúng mục đích – linh hồn của giao tiếp.

  Pragmatics: Using language at the right time, with the right person, for the right purpose—the soul of communication.

Nếu thấy lời chưa đến, đừng chỉ nhìn "miệng"; hãy nhìn các trạm phía trước. Khi một trạm "tắc", ta mở đường vòng - **If words haven't come, don't only look at "the mouth"; look at the stations upstream. When one station is "blocked," open a detour**:

- Tắc **chú ý chung** → giảm nhiễu, chơi đợi–đến–lượt 30–60 giây, dùng đồ **rất cụ thể** (bánh, bóng, bong bóng xà phòng).

  Joint attention blocked → reduce noise, play wait–take turns for 30–60 seconds, use highly concrete items (snacks, balls, soap bubbles).

- Tắc **bắt chước** → chuyển sang **bắt chước vận động lớn** (vỗ tay, giậm chân) trước rồi mới bắt chước âm.

  Imitation blocked → begin with gross-motor imitation (clapping, stomping) before imitating sounds.

- Tắc **biểu tượng** → chơi **giả vờ ăn – ngủ – tắm** với búp bê/đồ chơi, không vội gắn nhãn từ.

  Symbolic play blocked → do pretend eat–sleep–bathe with dolls/toys; don't rush to label words.

Hình dung não như hệ sông: nơi dòng chính nông, ta dẫn nước theo mương phụ. Khi nước đủ, lòng sông chính tự sâu dần. Can thiệp ngôn ngữ hiệu quả thường đi vòng nhưng tới nơi.

Picture the brain as a river system: where the main channel is shallow, we guide water through side canals. As the water increases, the main channel naturally deepens. Effective language intervention often goes the long way round—and still arrives.

4. "Nghe mà không hiểu" – câu chuyện của bé L., 5 tuổi ("Hearing without understanding" — the story of L., age 5)

L. là cậu bé 5 tuổi, tóc cắt bình cao, thích xếp xe buýt thành hàng. Mẹ nói con "nghe lời" nhưng "không nói". Ở lớp, cô dặn: "L. ngoan nhưng khó hợp tác nhóm."

L. is a five-year-old boy with a neat crew cut who loves lining up buses. His mother says he "follows directions" but "doesn't talk." At school, the teacher reports: "L. is sweet but struggles with group work."

Ngày đầu, tôi gọi tên, L. không quay. Tôi không lặp lại. Tôi đặt một chiếc xe buýt màu vàng xuống, cách tay em 30 cm, đợi. Em liếc, đưa tay, dừng ở giữa chừng như dò hiệu. Tôi nói chậm: "Lấy đi." Em lấy. Tôi nói tiếp: "Đẩy cho cô một lần." Em đẩy. Tôi không khen rào rào, chỉ gật đầu: "Cảm ơn."

On day one, I called his name; L. didn't turn. I didn't repeat it. I placed a yellow bus 30 cm from his hand and waited. He glanced, reached, paused halfway as if testing the signal. I said slowly, "Take it." He took it. I added, "Push it to me once." He pushed. I didn't gush praise, only nodded: "Thank you."

Buổi thứ hai, tôi mang hai chiếc xe. "Vàng hay xanh?" Em chạm vàng. "Vàng." Tôi lặp lại nhấn âm *v*. Buổi thứ ba, tôi thêm đồng hồ cát 30 giây. Mỗi lượt đẩy xong, chúng tôi cùng nhìn cát rơi. Nhịp rơi yên định là thuốc an thần tự nhiên.

Session two, I brought two buses. "Yellow or green?" He touched yellow. "Yellow," I echoed, stressing the y. Session three, I added a 30-second sand timer. After each push, we watched the sand fall together. The steady fall was a natural sedative.

Tuần thứ hai, L. bắt đầu nhìn tôi lâu hơn trước khi đẩy. Tôi nói: “Đến lượt cô.” Em rút tay lại. Đó là một dấu phẩy đầu tiên – một sự chờ đợi có ý thức. Tôi đưa hai thẻ tranh: *thêm nữa* và *dừng lại*. Em nhìn *thêm nữa*. Tôi đẩy. Cuối buổi, khi mẹ tới, em nói “nữa” – một âm ngắn, méo. Không đẹp, nhưng thuộc về em.

In week two, L. began to look at me longer before pushing. I said, “My turn.” He pulled his hand back. That was the first comma—a deliberate pause. I showed two picture cards: more and stop. He looked to more. I pushed. At pickup, he said “more”—a short, distorted syllable. Not pretty, but his.

Sau 6 tuần, hai thứ đổi khác: L. dùng “nữa” đều đặn, đôi khi thêm “nữa – cô”; và ánh mắt của em có điểm đến. “Nghe mà không hiểu” hóa ra là nghe bằng một con đường khác. Khi người lớn đổi đường, hiểu mới tới.

After six weeks, two things had changed: L. used “more” consistently, sometimes adding “more—teacher,” and his gaze had a destination. “Hearing without understanding,” it turned out, was hearing along another pathway. When adults changed roads, understanding arrived.

Những hạt mầm phương pháp rút ra từ L. - **Method seeds distilled from L.**:

- Bắt đầu ở chú ý chung hơn là buộc lời.

  Start with joint attention rather than forcing words.

- Giảm tốc độ nói và mật độ lệnh.

  Slow down speech rate and reduce command density.

- Dùng lượt – chờ như khung nhịp sinh lý: cát rơi, tay nghỉ, mắt nhìn.

  Use turns and waiting as a physiological frame: sand falls, hands rest, eyes look.

- Biến “thêm nữa / dừng lại” thành hai từ đầu đời – có chức năng, có quyền chọn.

Make “more / stop” the first two words—functional, choice-granting.

5. Im lặng – vùng nước sâu chứa những chuyển động tinh tế (Silence — deep water that holds subtle motion)

Nhìn kỹ, im lặng **không đứng yên**. Nó có **nhịp thở**, **độ ấm**, **độ sâu**. Khi ta **đổi dụng cụ đo**, ta thấy chuyển động - **Look closely and silence is not still. It has breath, warmth, depth. Change your measuring tool and you’ll see movement**:

- **Độ ấm:** Khi trẻ **bám vai** lâu hơn 1–2 giây – an toàn đang tăng.

  Warmth: When a child keeps a hand on your shoulder 1–2 seconds longer—safety is rising.

- **Độ sâu:** Khi trẻ chịu **lùi một bước** trước khi chạy – tự kiểm soát đang nảy mầm.

  Depth: When a child steps back before running—self-control is budding.

- **Nhịp thở:** Khi giữa hai hoạt động trẻ **chịu dừng** 30–60 giây – não kịp “ghi file”.

  Breath: When a child pauses 30–60 seconds between activities—the brain has time to “save the file.”

Hãy để im lặng làm việc của nó. Đừng lấp kín mọi khoảng trống bằng lời. Thêm một giây chờ có thể rút một tháng gấp gáp. Nếu cần một hình ảnh, hãy nghĩ trẻ đang lặn: ta không hét chỉ dẫn xuống nước; ta đi kè cạnh, tay chạm nhẹ vào vai, đợi em tự nổi lên khi hết hơi.

Let silence do its work. Don’t fill every gap with words. One extra second of waiting can save a month of hurry. If you need an image, imagine the child is diving: we don’t shout instructions into the water; we swim alongside, lay a light hand on the shoulder, and wait for them to surface when they need air.

“Vùng nước sâu” còn dạy ta về đạo đức của sự chậm. Nói nhanh để tiết kiệm thời gian, cuối cùng lại mất nhiều thời gian vì phải làm lại. Nói chậm để con hiểu đúng ngay lần

đầu, thời gian sau thu hồi như vốn lãi. Bản chất của giáo dục đặc biệt là đầu tư kiên nhẫn, không phải chi tiêu nôn nóng.

The "deep water" also teaches the ethics of slowness. Speaking fast to "save time" ends up costing time because we must redo. Speaking slowly so the child gets it right the first time lets the future pay you back with interest. The essence of special education is patient investment, not impulsive spending.

Ba "kỹ thuật im lặng" nên luyện - **Three "silence techniques" to practice**:

1. **Im lặng đồng hành:** Ngồi cạnh, làm cùng, không nói, chỉ thở chung 3 vòng.

   Companionable silence: Sit beside, do together, don't speak—just share three rounds of breathing.

2. **Im lặng chờ tín hiệu:** Hỏi ngắn – đợi đủ – bắt tín hiệu nhỏ nhất (gật, liếc, nhúc nhích) – phản hồi ngay.

   Signal-waiting silence: Ask briefly—wait fully—catch the smallest signal (nod, glance, shift)—respond immediately.

3. **Im lặng khép lại:** Mỗi hoạt động kết thúc bằng một nhịp yên 2–3 giây trước lời khen; để não đóng file, để trái tim ghi ơn.

   Closing silence: End each activity with 2–3 quiet seconds before praise; let the brain close the file and the heart register gratitude.

Kết chương - Chapter conclusion

Mặt nước im lặng không phải điểm dừng của ngôn ngữ; nó là điểm khởi hành kín đáo. Ở đó, ánh nhìn chưa kịp neo, cử chỉ còn mờ, giọng nói chưa mang nghĩa – nhưng ý định đã có. Công việc của người lớn là nhận ra ý định, giữ ấm bối cảnh, dựng những cây cầu nhỏ: chờ lâu hơn, nói ít hơn, rõ ràng hơn, và tôn trọng hơn. Từ vùng nước sâu ấy, giao tiếp sẽ nổi lên – trước là một bong bóng, rồi một chuỗi bong bóng, rồi một dòng nước ấm biết đường tìm ra biển.

The silent surface is not where language stops; it is its discreet departure point. Here, the gaze has not yet anchored, gestures are faint, voices lack meaning—but intention is already present. The adult's work is to perceive intention, keep the context warm, and build small bridges: wait longer, say less, be clearer, and show more respect. From that deep water, communication will rise—first a bubble, then a chain of bubbles, then a warm current that knows its way to the sea.

Chương 2. Dưới lớp sóng: Những âm thanh bị méo mó

Chapter 2. Beneath the Waves: Distorted Sounds

"Âm thanh dưới nước không mất đi – nó chỉ đổi hướng và tìm cách khác để đến tai người nghe."

"Sound under water does not disappear — it simply changes course and finds another way to reach the listener."

1. Khi lời nói trở nên lạ lẫm – ngôn ngữ nhại (When speech turns unfamiliar - echolalia)

Khi một đứa trẻ lặp lại lời người khác, nhiều người lớn lập tức thốt lên: "Con chỉ bắt chước, không hiểu gì hết." Nhưng trong thế giới của trẻ tự kỷ, ngôn ngữ nhại (echolalia) không phải là sự vô nghĩa – mà là một chiếc cầu tạm giữa im lặng và diễn đạt.

When a child repeats what others say, many adults immediately exclaim: "You're just copying; you don't understand." But in the world of autistic children, echolalia is not meaningless—it is a temporary bridge between silence and expression.

Có hai dạng - **There are two forms**:

- **Nhại tức thì (immediate echolalia):** Trẻ lặp lại ngay sau khi nghe.

  Immediate echolalia: The child repeats right after hearing.

Mẹ hỏi: "Con uống sữa không?" – Trẻ đáp: "Uống sữa không?" Nghe tưởng như vô thức, nhưng thật ra đó là *cách trẻ giữ âm thanh lại để xử lý*.

Mom asks, "Do you want milk?" — The child replies, "Want milk?" It sounds automatic, but it is actually how the child holds the sound long enough to process it.

- **Nhại trì hoãn (delayed echolalia):** Trẻ lặp lại câu đã nghe từ lâu – một quảng cáo, một đoạn phim.

  Delayed echolalia: The child repeats a line heard long ago—a commercial, a movie clip.

"Bé ngoan uống Milo buổi sáng!" – có thể là cách trẻ nói "Con đói".

"Good kids drink Milo in the morning!" — may be the child's way of saying, "I'm hungry."

Echolalia là nỗ lực giao tiếp chưa thành hình, không phải sự cố. Nó thể hiện rằng - **Echolalia is an effort at communication not yet fully shaped, not a malfunction. It shows that**:

- Trẻ có ký ức ngôn ngữ;

  The child has linguistic memory;

- Trẻ có nhu cầu đáp lại;

  The child wants to respond;

- Và quan trọng nhất: não vẫn đang cố nối hai đầu – âm thanh và ý nghĩa.

  And most importantly: the brain is still trying to connect the two ends—sound and meaning.

Thay vì sửa, ta cần gỡ dần lớp nhại bằng phản hồi có định hướng. Ví dụ - **Instead of "correcting," we should peel back the echo layer with guided reflection. For example**:

- Khi trẻ nhại "Uống sữa không?", người lớn mỉm cười và đưa hai lựa chọn: "Uống sữa – hay – nước?"

When the child echoes "Want milk?", smile and offer two choices: "Milk — or — water?"

- Khi trẻ nói "Bé ngoan uống Milo buổi sáng!", hãy phản chiếu ý nghĩa: "À, con nói con đói hả?"

  When the child says, "Good kids drink Milo in the morning!", mirror the meaning: "Ah, you're telling me you're hungry?"

Mỗi lần phản chiếu đúng, trẻ sẽ *rút dần lớp vỏ âm thanh* để bộc lộ nội dung thật.

Each accurate reflection lets the child gradually shed the sound-shell and reveal true content.

Echolalia, xét cho cùng, là ngôn ngữ đang tìm lại chính mình.

Echolalia, after all, is a language finding its way back to itself.

2. Âm thanh méo đi khi đi qua môi trường nước (When sound warps as it travels through water)

Âm thanh khi đi qua nước không biến mất, chỉ méo tần số. Giọng người nghe bị kéo dài, dội ngược, biến dạng. Trẻ tự kỷ cũng trải qua điều tương tự: thế giới quá ồn, âm thanh quá nhiều, và bộ lọc cảm giác của trẻ chưa kịp tinh chỉnh.

Sound moving through water does not vanish; its frequencies bend. Voices stretch, bounce, distort. Autistic children often experience something similar: the world is too loud, there are too many sounds, and their sensory filters are not yet finely tuned.

Khi đó, lời nói đi vào tai như tiếng vọng trong hang sâu - **When that happens, words enter the ear like echoes in a deep cave**:

- Một số âm thanh **phóng đại**: tiếng nước, tiếng nhạc, tiếng máy hút bụi.

Some sounds are amplified: running water, music, the vacuum cleaner.

- Một số âm thanh **biến mất**: tiếng người nói nhẹ, giọng thấp.

  Some sounds disappear: soft speech, low voices.

- Âm tiết **đến chậm hoặc lẫn lộn**, khiến trẻ nghe như dòng nước xoáy.

  Syllables arrive late or jumbled, as if heard through a whirlpool.

Hậu quả là trẻ phản ứng không đều: đôi khi bịt tai, đôi khi lại cười vang; đôi khi nhắc lại nguyên câu nhưng *không đúng lúc*.

As a result, children respond unevenly: sometimes covering their ears, sometimes laughing out loud; sometimes repeating a full sentence—but out of time.

Đây không phải là "không hiểu", mà là "hiểu bằng cảm giác khác". Trẻ không nghe bằng ngữ nghĩa, mà bằng nhịp, cao độ, âm sắc. Vì thế, một câu nói "Con lại đây!" quá nhanh có thể thành tiếng sấm, còn "Con – lại – đây" (rõ, ngắn, đều) lại dễ được tiếp nhận.

This is not "not understanding," but "understanding through a different sense." The child is not listening by semantics so much as by rhythm, pitch, and timbre. Thus a rapid "Come here!" can hit like thunder, while "Come — here" (clear, brief, even) is easier to receive.

Lời nói là sóng.

Speech is a wave.

Nếu ta đổi môi trường – nước lặng, nhịp đều, âm ấm – sóng mới đi xa.

If we change the medium—calmer water, steady rhythm, warmer tone—the wave travels farther.

3. Ngữ điệu, từ ngữ, và cấu trúc bị vỡ vụn trong giao tiếp (Intonation, words, and structure fractured in communication)

Ở nhiều trẻ tự kỷ, ngữ điệu không lên xuống theo ý nghĩa - **In many autistic children, intonation doesn't rise and fall with meaning.**

- Khi vui, giọng vẫn phẳng.

  When happy, the voice stays flat.

- Khi hỏi, âm cuối không cao.

  When asking, the final pitch doesn't lift.

- Khi kể chuyện, các từ rời rạc như viên sỏi lăn trên sàn.

  When telling a story, the words scatter like pebbles rolling across a floor.

Cấu trúc câu cũng vỡ vụn: thiếu đại từ, sai trật tự, bỏ từ nối.

Sentence structure also breaks apart: missing pronouns, scrambled order, dropped particles.

"Muốn ăn." (thay vì "Con muốn ăn.")

"Want to eat." (instead of "I want to eat.")

"Xe đỏ con." (thay vì "Xe đỏ của con.")

"Red car mine." (instead of "The red car is mine.")

Về ngữ pháp, đó là thiếu mô hình hóa nội bộ: trẻ chưa tách được *vai người nói – hành động – đối tượng*.

From a grammatical view, this reflects under-modeled internal templates: the child has not yet separated speaker–action–object.

Về ngữ nghĩa, đó là thiếu "từ nối cảm xúc" – những từ giúp lời mang hơi thở người.

From a semantic-affective view, it reflects a lack of "emotional connector words"—the terms that let speech carry a human breath.

Cách "vá" lại mảnh vỡ này không phải dạy thêm từ, mà là tạo bối cảnh có cảm xúc rõ ràng - **The way to "mend" these fragments is not to cram in more vocabulary, but to create contexts with clear effect**:

- Khi ăn cùng, người lớn nói: "Con – ăn – cơm", nhấn từng nhịp cùng hành động.

  While eating together, say: "I — eat — rice," marking each beat with the action.

- Khi chơi, nói "Xe chạy nhanh nhé!", vừa nói vừa đẩy. Ngữ pháp được *ghi vào cảm giác vận động* trước khi được viết lên não.

  While playing, say "The car goes fast!" while pushing. Grammar is inscribed through motor sensation before it's written into the brain.

Khi các đoạn rời được gắn bằng cảm xúc, câu chữ sẽ tự tìm đường liền lại.

Once the loose pieces are tied by feeling, the sentence will find its way back together.

4. Câu nói bị bỏ dở – sự đứt gãy của ngữ pháp và cảm xúc (Abandoned sentences — a break in syntax and emotion)

Một đứa trẻ đang nói bỗng dừng lại giữa chừng. Môi mấp máy, mắt lạc đi, tay vặn áo. Câu nói rơi xuống như giọt nước không chạm được mặt hồ. "Con... con... ờ... thôi."

A child is speaking and suddenly stops midstream. The lips move; the gaze drifts; fingers twist a shirt. The sentence falls like a drop that cannot reach the surface of the lake. "I… I… uh… never mind."

Người lớn thường thức: “Nói nhanh lên!” – và chính lúc đó, sợi dây thần kinh ngôn ngữ co rút lại.

Adults often urge, “Say it faster!”—and at that very moment the neural string of language tightens and recoils.

Sự đứt gãy không phải vì trẻ quên từ; mà vì não đã quá tải cảm xúc. Ngữ pháp và cảm xúc chung mạch điện. Khi cảm xúc nghẽn, cú pháp đứt.

The break does not occur because the child “forgot the word,” but because the brain is overloaded with emotion.

Giải pháp không nằm ở “dạy trẻ nói lại”, mà ở giữ cho môi trường đủ an toàn để trẻ hoàn thành câu.

Syntax and emotion share a circuit. When emotion jams, syntax snaps.

Cách làm – **How to**:

- Giữ nhịp hơi: nếu trẻ ngừng, người lớn cũng hít sâu – chậm – chờ.

  Hold the breath rhythm: if the child pauses, the adult also inhales—slowly—and waits.

- Không chen lời; chỉ gợi nhẹ bằng nhịp điệu: “Con đang nói... về con mèo hả?”

  Don’t cut in; cue gently with rhythm: “You were talking… about the cat?”

- Khi trẻ nói xong dù vụng, phản hồi bằng mắt trước, lời sau.

  When the child finishes—even clumsily—respond first with your eyes, then with words.

“Cô hiểu rồi, con nói rất hay.”

“I understand. You said that very well.”

Trẻ cần một người nâng đỡ mạch cảm xúc để cú pháp được liền. Giống như nhạc cụ dây – dây không tự văng nếu bàn tay kia không giữ độ căng đúng lúc.

A child needs someone to scaffold the emotional current so the syntax can span it—like a string instrument that cannot sound unless the other hand holds the tension just right.

5. Từ dữ liệu luận án: biểu đồ về lỗi ngữ âm và cú pháp của 110 trẻ Việt (From dissertation data: charts of phonological and syntactic errors in 110 Vietnamese children)

Trong luận án, tôi khảo sát 110 trẻ Việt (từ 3 đến 10 tuổi) được chẩn đoán rối loạn phổ tự kỷ, qua 1.760 lượt ghi âm.

In my dissertation, I assessed 110 Vietnamese children (ages 3–10) diagnosed with autism spectrum disorder, across 1,760 recorded samples.

Kết quả phân tích cho thấy - **The analysis showed**:

Nhóm lỗi **(Error domain)**	**Tỉ lệ (%)** **(Rate)**	**Đặc điểm chính** **(Key characteristics)**
Ngữ âm (Phonology)	61%	Bỏ âm cuối, kéo dài âm đầu, đảo âm vị. (Final-consonant deletion, prolonged onsets, phoneme transpositions.)
Ngữ pháp (Syntax)	48%	Thiếu đại từ, sai trật tự, bỏ trợ từ. (Missing pronouns, word-order errors, dropped particles.)
Ngữ dụng (Pragmatics)	72%	Dùng câu không theo ngữ cảnh, không đáp lại đúng vai giao tiếp.

Nhóm lỗi (Error domain)	Tỉ lệ (%) (Rate)	Đặc điểm chính (Key characteristics)
		(Utterances out of context; difficulty taking/holding conversational roles.)
Ngữ điệu (Prosody)	65%	Giọng phẳng, không lên xuống theo nghĩa. (Flat voice; lack of meaning-aligned intonation contours.)

Đặc biệt, nhóm 4–6 tuổi thể hiện sự chênh lệch lớn giữa hiểu và nói - **Notably, the 4–6 age group showed a large gap between comprehension and expression**:

- Hiểu trung bình đạt 68%

  Average comprehension reached 68%

- Nhưng nói có nghĩa chỉ đạt 32%.

  While meaningful speech reached only 32%.

Điều này cho thấy: năng lực hiểu vẫn còn, chỉ là "đường xuất" bị tắc. Giống như hồ nước đầy mà kênh dẫn bị cát bồi. Việc trị liệu không phải đổ thêm nước, mà là khơi dòng ra.

This suggests that receptive capacity remains, but the "output channel" is blocked—like a full lake with a silted canal. Therapy is not about pouring in more water; it is about clearing a way out.

Dữ liệu cũng chứng minh - **The data also showed that**:

- Trẻ có môi trường ngôn ngữ phản hồi chậm và rõ cải thiện nhanh gấp đôi.

  Children in language environments with slow, clear feedback improved twice as fast.

- Các can thiệp có nhịp, có hình ảnh, có cử chỉ đi kèm hiệu quả cao hơn 60%.

  Interventions with rhythm, visuals, and accompanying gestures were over 60% more effective.

Khoa học và đời sống gặp nhau ở một điểm: nghe kỹ – nói chậm – chạm đúng.

Science and daily life meet at one point: listen closely — speak slowly — touch appropriately.

6. Khi ngôn ngữ không mất đi, chỉ là ta chưa học cách nghe nó (When language is not gone—only unheard by us)

Không có đứa trẻ nào "không có ngôn ngữ". Chỉ có người lớn chưa học ngôn ngữ của chúng.

There is no child "without language." There are only adults who have not yet learned the child's language.

Một cái chớp mắt, một cú xoay người, một tiếng thở mạnh – đó là chữ viết bằng thân thể. Khi ta bắt đầu đọc được "ngôn ngữ thân thể", một thế giới mới mở ra.

A blink, a turn of the torso, a strong exhale—these are words written by the body. When we begin to read "body language," a new world opens.

Tôi nhớ có bé N., 7 tuổi, chỉ phát ra ba âm: "a", "ơ", "u". Mẹ em bật khóc: "Con tôi chẳng nói gì cả." Nhưng sau ba tuần quan sát, tôi nhận ra mỗi âm mang nghĩa - **I remember N., age seven, who produced only three sounds: "a," "ơ," "u." Her mother wept: "My child says nothing." But after three weeks of observation, I realized each sound carried meaning**:

- "A" khi vui **("A" for joy)**,
- "Ơ" khi phản đối **("Ơ" for protest)**,
- "U" khi sợ **("U" for fear)**.

Tôi dạy mẹ cách *phiên dịch*: mỗi lần con nói "Ơ", mẹ đáp "Mẹ biết, con không thích." Chỉ hai tháng sau, "Ơ" biến thành "Không" – rồi "Không thích."

I taught the mother how to translate: each time the child said "Ơ," the mother replied, "I know—you don't like that." After just two months, "Ơ" became "No"—then "Don't like."

Ngôn ngữ không mất – nó đang nằm trong những kênh khác, chờ được người lớn mở bằng chìa khóa kiên nhẫn.

Language is not lost—it lives in other channels, waiting for adults to unlock it with the key called patience.

Khi ta thôi cố gắng ép trẻ nói tiếng mình, và bắt đầu học tiếng của trẻ, sự hiểu biết diễn ra hai chiều. Trẻ tự tin hơn, người lớn bớt lo hơn, và dòng chảy giao tiếp ấm dần lên như nước mùa xuân.

When we stop forcing children to speak our tongue and begin learning theirs, understanding flows both ways. Children grow more confident; adults less anxious; and the current of communication warms like spring water.

Kết chương - Chapter conclusion

Âm thanh bị méo không phải lỗi của người nói, mà là kết quả của môi trường chưa tương hợp. Công việc của ta không phải "sửa lời", mà là điều chỉnh mặt nước – để âm thanh đi đúng hướng, để ngữ điệu được nâng đỡ, để lời có nơi neo lại. Khi thế giới học được cách nghe bằng nhiều kênh – tai, mắt, da, và tim – thì mọi tiếng méo, mọi lời nhại, mọi câu dang dở đều sẽ trở lại nguyên bản: ngôn ngữ của một tâm hồn đang tìm đường ra ánh sáng.

Distorted sound is not the speaker's fault; it is the outcome of a mismatched environment. Our task is not to "fix the words," but to tune the surface—so sound can travel correctly, intonation can be supported, and words have a place to anchor. When the world learns to listen through many channels—ears, eyes, skin, and heart—every warped tone, every echoed line, every broken sentence will return to its original form: the language of a soul finding its way into the light.

PHẦN II – NHỮNG BONG BÓNG GIAO TIẾP: KHI TRẺ LÊN TIẾNG THEO CÁCH RIÊNG

PART II – COMMUNICATION BUBBLES: WHEN CHILDREN SPEAK IN THEIR OWN WAY

"Không phải mọi âm thanh đều đi bằng con đường của miệng. Có những tiếng nói đi qua bàn tay, ánh mắt, hoặc qua im lặng. Chúng nổi lên như những bong bóng – mong manh, trong suốt, nhưng thật."

"Not every sound travels by way of the mouth. Some voices move through hands and eyes—or through silence. They rise like bubbles—fragile, transparent, yet true."

Sau những chương đầu tiên – nơi ta đã cùng nhìn xuống mặt nước im lặng và nhận ra rằng *im lặng cũng là một hình thái của ngôn ngữ* – hành trình giờ đây đi sâu hơn vào những chuyển động tinh tế của giao tiếp. Nếu phần trước giúp ta hiểu "tại sao con chưa nói", thì phần này giúp ta lắng nghe "con đang nói bằng cách nào".

After the opening chapters—where we looked down at the silent surface and learned that silence is also a form of language—our journey now goes deeper into the subtle movements of communication. If the previous part helped us understand "why the child hasn't spoken yet," this part helps us listen for "how the child is speaking already."

Trong phòng trị liệu, tôi từng nhiều lần ngồi hàng giờ trước một đứa trẻ không phát ra âm nào, nhưng lại "nói" rất nhiều. Một cái nhướn mày là dấu hỏi, một cái xoay người là lời phản đối, một cú chạm nhẹ là lời mời. Tôi hiểu rằng: ngôn ngữ của trẻ tự kỷ không chỉ nằm ở lời – nó nằm ở mọi nơi có sự sống.

In the therapy room I have often sat for hours with a child who made no sound at all—and yet "said" a great deal. A raised eyebrow was a question mark, a turn of the body a protest, a light touch an invitation. I understood then: the language of autistic children does not reside in words alone—it lives wherever there is life.

Nếu ở phần I, ta lặn xuống để quan sát nguồn nước sâu – những nền tảng thần kinh và cảm giác, thì ở phần II, ta bắt đầu nhìn thấy những bong bóng nổi lên: những biểu hiện đầu tiên của giao tiếp có chủ đích. Mỗi bong bóng là một "cố gắng được nghe thấy", một cách nói chưa thành lời nhưng đã có hình dáng, có nhiệt, có nhịp thở.

If in Part I we dived to observe the headwaters—the neural and sensory foundations—then in Part II we began to see bubbles rising: the first signs of purposeful communication. Each bubble is an "effort to be heard," a way of speaking not yet in words but already with shape, warmth, and breath.

Khi thế giới bắt đầu có những hồi đáp (When the world begins to respond)

Trẻ tự kỷ không "thiếu" giao tiếp; chúng giao tiếp theo quỹ đạo riêng.

Autistic children do not "lack" communication; they communicate along their own orbits.

- Có trẻ nói bằng bàn tay, kéo người khác đến chỗ mình cần.

  Some speak with their hands, pulling others toward what they need.

- Có trẻ nói bằng ánh mắt, chỉ cần một liếc nhìn đủ lâu để gợi ý.

  Some speak with their eyes, a held glance long enough to suggest.

- Có trẻ nói bằng chuyển động lặp, khi không lời nào đủ diễn tả.

  Some speak with repeated movements, when no words suffice.

- Và có trẻ "nói" bằng sự tránh né – một cách nói "đừng ép, con đang sợ."

  And some "speak" by avoiding—saying, in their way, "don't push; I'm afraid."

Nếu ta chỉ nghe bằng tai, ta sẽ lạc mất; nhưng nếu ta nghe bằng toàn bộ giác quan, ta sẽ thấy ngôn ngữ của sinh tồn, nơi đứa trẻ vẫn liên tục gửi tín hiệu để được kết nối.

If we listen only with our ears, we will get lost; but if we listen with all our senses, we will perceive the language of survival, where a child keeps sending signals to stay connected.

"Trẻ không nói" – có lẽ chỉ đúng khi người lớn chưa đủ im để nghe.

"Non-verbal" may be true only when adults are not yet quiet enough to hear.

Giao tiếp: từ bản năng sang ý thức (Communication: from instinct to intention)

Giao tiếp, dù không lời, vẫn luôn bắt đầu bằng ý định. Một cái với tay là ý định *muốn có*; một cái quay đi là ý định *muốn dừng*; một cái nhìn lâu là ý định *muốn được chia sẻ*.

Communication—spoken or not—always begins with intent. A reaching hand intends to have; a turn away intends to stop; a long look intends to share.

Trẻ tự kỷ thường dừng ở vòng giao tiếp bản năng, chưa lên tới vòng giao tiếp có chủ đích.
Công việc của người lớn không phải "dạy trẻ nói", mà là dẫn ý định ra ánh sáng, cho nó hình hài, cho nó được nhìn nhận. Khi ý định được nhận ra, đứa trẻ cảm thấy có ảnh hưởng lên thế giới, và đó chính là động cơ đầu tiên để giao tiếp bằng lời.

Autistic children often remain at the instinctive circle of communication, not yet rising to the intentional circle. Our task as adults is not to "teach speech," but to bring intent into the light—give it shape, have it recognized. When intent is recognized, the child feels they can affect the world, and that is the first motive to use words.

Từ bong bóng đến lời – hành trình của một hơi thở (From bubbles to words—the journey of a breath)

Tôi thích ví giao tiếp của trẻ như những bong bóng xà phòng. Chúng mỏng, nhẹ, dễ vỡ, nhưng chứa không khí – nghĩa là *có sự sống*. Khi một bong bóng vỡ, không phải vì nó sai, mà vì môi trường chưa đủ dịu để nâng đỡ nó. Công việc của người lớn, của cha mẹ,

của giáo viên, là tạo nên không gian đủ ấm, đủ chậm, đủ nhẹ tay – để bong bóng có thể bay lên mà không tan ngay.

I like to think of a child's communication as soap bubbles. They are thin, light, easy to burst, yet they hold air—meaning they hold life. When a bubble bursts, it isn't because it is "wrong," but because the environment wasn't soft enough to hold it up. The work of adults—parents and teachers—is to create a space warm, slow, and gentle enough for the bubble to rise without vanishing at once.

Mỗi bong bóng là một bước nhỏ - **Each bubble is one small step**:

- Từ ánh mắt sang chỉ tay,

  From eye gaze to pointing,

- Từ chỉ tay sang âm thanh,

  From pointing to sound,

- Từ âm thanh sang từ có nghĩa,

  From sound to meaningful words,

- Và từ từ có nghĩa sang đối thoại thực sự.

  And from meaningful words to true dialogue.

Chúng ta sẽ đi qua hành trình đó, chậm rãi và chi tiết, trong các chương tiếp theo.

We will walk that path—slowly and closely—in the chapters ahead.

Một lời nhắc nhẹ trước khi bước vào hành trình mới (A gentle reminder before we begin)

Đừng tìm "chuẩn", hãy tìm nhịp riêng. Không có hai đứa trẻ nào lên tiếng theo cùng một cách – cũng như không có hai bóng bóng nào nổ cùng âm thanh. Mỗi đứa trẻ có "áp suất

bên trong” riêng: mức độ sẵn sàng, độ nhạy cảm, cách nhìn thế giới. Nếu ta cố ép tất cả về một khuôn, ta sẽ làm vỡ những bong bóng đang chớm hình.

Don’t hunt for “the standard”; look for the child’s own rhythm. No two children find their voices in the same way—just as no two bubbles pop with the same sound. Each child has an inner “pressure”: a level of readiness, a sensitivity, a way of seeing the world. If we squeeze them into one mold, we’ll burst bubbles right as they form.

Hãy đi cùng trẻ như người thợ lặn cầm đèn: chiếu ánh sáng dịu vào nơi mờ, giữ nhịp thở đều, và tin rằng chỉ cần kiên nhẫn, tiếng nói sẽ nổi lên theo cách riêng của nó.

Walk with the child like a diver with a lamp: cast soft light into what is dim, keep your breathing even, and trust that with patience, a voice will surface in its own way.

Chương kế tiếp – **“Khi bàn tay biết nói”** – sẽ dẫn ta đến vùng giao tiếp đầu tiên của trẻ: nơi cử chỉ, ánh mắt, và những chạm tay biết kể chuyện còn trước cả khi lời nói kịp thành hình.

The next chapter—“When Hands Learn to Speak”—will take us to the child’s first communication ground: where gestures, eye gaze, and simple touch tell stories long before words are ready to form.

Chương 3. Khi bàn tay biết nói

Chapter 3. When Hands Learn to Speak

“Trước khi lời kịp lớn, bàn tay đã biết kể chuyện.”

“Before words grow up, the hands already know how to tell a story.”

1. Giao tiếp bằng ánh mắt, cử chỉ và khoảng lặng (Communicating through eye gaze, gesture, and quiet)

Khi một đứa trẻ không nói, người lớn thường nghe thấy sự trống rỗng. Nhưng thật ra, trẻ vẫn đang nói – chỉ là bằng cách khác. Ánh mắt, cử chỉ và khoảng lặng chính là *ba nhịp đầu tiên của ngôn ngữ tiền lời nói*.

When a child does not speak, adults often hear emptiness. In truth, the child is still speaking—just differently. Eye gaze, gesture, and silence are the first three beats of pre-verbal language.

Một ánh nhìn thoáng qua có thể là dấu chấm hỏi. Một cái nghiêng đầu là dấu phẩy. Một lần kéo tay là dấu chấm than của một ý muốn.

A passing look can be a question mark. A tilt of the head is a comma. A tug on the hand is the exclamation point of a wish.

Trong giao tiếp của trẻ tự kỷ, mỗi động tác đều mang ý nghĩa nếu ta đủ chậm để nhìn - **In autistic communication, every movement carries meaning—if we slow down enough to see it.**

- Khi ánh mắt lướt rồi quay lại, đó là một lời mời kết nối.

  When eyes skim past and then return, it's an invitation to connect.

- Khi bàn tay nắm chặt một món đồ, đó là một cách giữ lấy an toàn.

  When a hand grips an object tightly, it's a way to hold on to safety.

- Khi trẻ im lặng, đó chưa chắc là từ chối – có thể là não đang sắp xếp dữ liệu cảm giác.

  When a child is silent, it's not necessarily refusal—the brain may be organizing sensory data.

Khoảng lặng không phải khoảng trống; nó là khoảnh khắc não bộ đang nạp năng lượng cho lần hồi đáp kế tiếp. Giao tiếp bắt đầu từ chỗ người lớn dừng lại và chờ, thay vì vội thúc.
Khi người lớn học cách nhìn, nghe và cảm bằng toàn thân, những tín hiệu mờ nhất cũng trở thành ngôn ngữ có nghĩa.

Silence isn't an empty interval; it's the moment the brain refuels for the next reply. Communication begins where adults stop and wait instead of pushing ahead. When adults learn to see, hear, and feel with their whole bodies, even the faintest signals become meaningful language.

2. Khi bé M. chạm vào tay mẹ để nói "con thương mẹ" (When M. touched her mother's hand to say "I love you")

Buổi trị liệu hôm ấy, M. – cô bé sáu tuổi – không phát ra tiếng nào. Suốt 30 phút, em chỉ chơi với khối gỗ, thi thoảng liếc nhìn mẹ. Đến khi buổi học gần kết thúc, em đặt bàn tay nhỏ của mình lên tay mẹ, rồi giữ nguyên. Không lời, không ánh mắt. Chỉ một cái chạm yên lặng.

In that day's session, M.—a six-year-old girl—made no sound. For thirty minutes she played with blocks, occasionally glancing at her mother. Near the end, she placed her small hand on her mother's hand—and left it there. No words. No eye contact. Just a quiet touch.

Mẹ M. bật khóc. Bà hiểu ngay. Bởi trong hành động ấy là tình cảm được chắt lọc đến tận cùng – một "câu nói" không cần ngữ pháp, nhưng có đủ nghĩa - **M.'s mother burst into tears. She understood at once. In that act was feeling distilled to its essence—a "sentence" with no grammar but full of meaning:**

"Con thương mẹ."

"I love you."

Trong ngôn ngữ của trẻ tự kỷ, chạm là một dạng "phát ngôn xúc giác" – nó mang chức năng biểu đạt, tương tự như lời nói, thậm chí còn sâu hơn. Khi bàn tay M. đặt lên tay mẹ, hai hệ thần kinh đồng bộ. Sự chạm ấy giảm nhịp tim, tăng serotonin, khiến cả hai cùng cảm nhận một dạng bình yên hiếm có.

In the language of autistic children, touch is a kind of "tactile utterance"—it serves an expressive function akin to speech, sometimes deeper. When M.'s hand rested on her mother's hand, two nervous systems synchronized. That touch slowed heart rates, raised serotonin, and brought both into a rare, shared calm.

Điều quan trọng không nằm ở số lượng từ, mà ở mức độ hiện diện trong khoảnh khắc giao tiếp. Trẻ tự kỷ thường *không dùng lời* để diễn đạt tình cảm, nhưng lại có sức mạnh cảm xúc mãnh liệt khi sử dụng cơ thể. Nếu người lớn biết "nghe" bằng da, bằng tim, ta sẽ thấy một ngôn ngữ thứ hai đang sống song song với tiếng Việt – ngôn ngữ của chạm và cảm.

What matters is not the number of words but the degree of presence in the moment of connection. Autistic children may not use words to express affection, yet their bodies can carry powerful emotion. If adults can "listen" with skin and heart, we will perceive a second language living alongside Vietnamese—the language of touch and feeling.

3. Những "bong bóng khí" – tín hiệu phi lời trong biển im lặng ("Air bubbles"—nonverbal signals in a sea of quiet)

Trong nước, bong bóng nổi lên là dấu hiệu của hơi thở còn sống. Trong giao tiếp của trẻ tự kỷ, những tín hiệu phi lời – ánh mắt, cử chỉ, hơi thở, nhịp tay – cũng là bong bóng khí cho thấy *giao tiếp vẫn đang diễn ra*.

Underwater, bubbles mark the presence of breath. In autistic communication, nonverbal signals—eye gaze, gesture, breath, hand rhythm—are likewise breath-bubbles proving that connection is ongoing.

Một số "bong bóng khí" điển hình - **Some typical "bubbles":**

- **Lặp động tác nhẹ** (vỗ bàn, lắc đầu): không phải "vô nghĩa" mà là *cách giữ nhịp ổn định thần kinh*.

  Gentle repetitive movements (tapping the table, shaking the head): not "meaningless," but a way to steady the nervous system's rhythm.

- **Hơi thở nhanh – rồi chậm**: báo hiệu *chuẩn bị chuyển đổi hoạt động*; đừng ngắt lời lúc ấy.

  Breath quick—then slow: a sign of preparing to shift activities; don't interrupt there.

- **Đặt vật vào tay người lớn rồi rút lại**: *lời mời thử – chưa sẵn sàng chia sẻ.*

  Placing an object into an adult's hand, then pulling it back: an invitation to try—without being ready to share.

- **Nhìn sang người đối diện trong khi đang làm:** mong được xác nhận.

  Looking over to the partner while doing something: seeking confirmation.

Ta chỉ cần nhìn những bong bóng ấy như bằng chứng của sự tồn tại, chứ không phải "triệu chứng" cần chỉnh sửa. Khi người lớn đáp lại đúng lúc – gật đầu, mỉm cười, thở cùng – bong bóng không vỡ, mà kết lại thành chuỗi hơi thở giao cảm. Mỗi tín hiệu, dù nhỏ, là *một hơi thở của ý muốn được hiểu*. Công việc của ta là giữ nước đủ trong để bong bóng không tan ngay khi vừa nổi.

Treat these bubbles as evidence of life, not "symptoms" to be extinguished. When adults respond in time—with a nod, a smile, a shared breath—the bubble doesn't burst; it strings into a chain of co-regulated breaths. Every signal, however small, is a breath of the wish to be understood. Our job is to keep the water clear enough that the bubbles don't dissolve the moment they rise.

4. Khoa học về ngôn ngữ phi lời: cử chỉ, điệu bộ, biểu cảm (The science of nonverbal language: gesture, posture, expression)

Khoa học đã chứng minh: 55% thông điệp con người truyền đạt qua ngôn ngữ phi lời – chỉ 7% đi bằng từ ngữ. Ở trẻ tự kỷ, tỉ lệ này còn cao hơn: ngôn ngữ phi lời là nền chính, còn lời nói chỉ là một nhánh mở rộng.

Research has shown that about 55% share of human communication is carried nonverbally — while words account for only 7%. In autistic children, that share is even higher: nonverbal language is the main channel; speech is an extension.

Ba kênh chính của giao tiếp phi lời gồm - **Three principal channels of nonverbal communication:**

- **Cử chỉ (gestures)** – hành động cụ thể: chỉ, gật, xua, đẩy, chạm.

  Gestures — concrete actions: pointing, nodding, waving away, pushing, touching.

- **Điệu bộ (posture/movement)** – cách cơ thể nghiêng, cúi, xoay; thể hiện mức sẵn sàng hay kháng cự.

  Posture/movement — how the body leans, bows, turns; signaling readiness or resistance.

- **Biểu cảm (facial expression)** – ánh mắt, môi, trán; nơi cảm xúc thật xuất hiện trước cả lời.

  Facial expression — eyes, mouth, brow; where true feeling appears before words.

Theo nghiên cứu thần kinh học, các vùng hạch nền (basal ganglia) và vỏ não vận động (motor cortex) được kích hoạt khi người quan sát thấy cử chỉ của người khác. Nghĩa là: não ta "nghe" được hành động. Khi trẻ vẫy tay, não người lớn tự động "phản chiếu" và hiểu nghĩa, *nếu người lớn đủ chú tâm*.

Neuroscience shows that the basal ganglia and motor cortex activate when we observe someone else's gestures. In other words, the brain can "hear" action. When a child waves, the adult brain mirrors and understands—if the adult is attentive.

Do đó, can thiệp hiệu quả nhất cho trẻ không lời không nằm ở việc "ép nói", mà là tăng cường phản chiếu đúng.

Therefore, the most effective intervention for non-speaking children is not to "force speech," but to increase accurate mirroring.

Ví dụ - **Examples**:

- Trẻ vỗ bàn → người lớn cũng vỗ nhẹ, nói "vui quá".

  The child taps the table → adult taps lightly too, saying "That's exciting."

- Trẻ xua tay → người lớn xua theo, nói "con không muốn".

  Child waves away → adults waves away too, saying "You don't want that."

- Trẻ cúi đầu → người lớn hạ thấp người, nói "con mệt, nghỉ nhé".

  The child bows their head → the adult lowers their body, says "You're tired; let's rest."

Não trẻ nhận ra: *"Người kia hiểu tiếng của mình."*

The child's brain recognizes: "That person understands my language."

Đó là nền tảng thần kinh của niềm tin giao tiếp.

This is the neural foundation of communicative trust.

5. Làm sao để người lớn "nghe" được bằng mắt và cảm nhận (How adults can "hear" with eyes and feeling)

Để nghe một đứa trẻ không nói, ta phải thay đổi công cụ nghe. Không chỉ tai, mà cả mắt, tim, da, và hơi thở.

To hear a child who isn't speaking, we must change our listening tools—not only ears, but also eyes, heart, skin, and breath.

Có bốn nguyên tắc "nghe bằng mắt" cơ bản **- Four basic principles of "listening with the eyes":**

1. **Quan sát không phán xét.** Đừng vội gắn nhãn "kỳ lạ" hay "vấn đề". Hãy chỉ ghi lại: *khi nào – ở đâu – bao lâu – trước và sau hành động đó có gì*. Quan sát khách quan chính là bản đồ để tìm ý nghĩa.

   Observe without judgment. Don't rush to label "strange" or "a problem." Simply record: when—where—how long—what came before and after. Objective observation is the map to meaning.

2. **Phản chiếu nhẹ, không sao chép.** Khi trẻ nhún vai, ta nhún nhẹ lại; khi trẻ lắc đầu, ta lặp động tác chậm hơn. Đó là cách não cảm thấy "được đồng bộ". Giao tiếp sinh ra trong *sự cộng hưởng*, không trong *sửa sai*.

   Reflect lightly, don't copy. When the child shrugs, you mirror a little; when they shake their head, you echo the motion more slowly. That's how the nervous system feels "in sync." Communication is born of resonance, not correction.

3. **Giữ hơi thở chung.** Trẻ cảm được nhịp thở của người lớn. Hít sâu – thở chậm là ngôn ngữ của an toàn.Mỗi lần ta bình tĩnh, trẻ mượn được nhịp thần kinh ổn định để tiếp tục kết nối.

   Share the breath. Children feel our breathing. Slow, deep breaths are the language of safety. Each time we stay calm, the child borrows our steadier rhythm to keep connecting.

4. **Dừng đúng lúc.** Khi trẻ vừa gửi tín hiệu, đừng chen lời. Hãy dừng 2–3 giây để trẻ *chủ động nối tiếp*. Sự im lặng đúng chỗ là cái gật đầu bằng không khí.

   Pause at the right moment. When the child has just sent a signal, don't talk over it. Wait 2–3 seconds so the child can continue. Well-placed silence is a nonverbal nod.

Kết chương - Chapter conclusion

Ngôn ngữ không chỉ đi qua miệng; nó đi qua ánh mắt, bàn tay, khoảng lặng và nhịp tim. Trẻ tự kỷ không "không giao tiếp" – chứng chỉ đang giao tiếp bằng thứ ngôn ngữ mà ta

quên mất cách nghe. Khi người lớn học lại cách nhìn, cách chờ, cách thở cùng, thì mọi cử chỉ, mọi im lặng đều trở thành lời.

Language does not travel only through the mouth; it travels through eyes, hands, quiet, and heartbeat. Autistic children are not "non-communicative"—they are communicating in a language we've forgotten how to hear. When adults relearn how to watch, to wait, and to breathe together, every gesture and every silence becomes speech.

Và đôi khi, chỉ cần một bàn tay nhỏ chạm vào tay ta, ta sẽ hiểu: "Con thương mẹ." Không cần lời, không cần ngữ pháp. Chỉ cần hai nhịp tim cùng lặng đi một khoảnh khắc.

And sometimes, all it takes is a small hand resting on ours for us to understand:
"I love you." No words, no grammar—just two heartbeats falling quiet for a moment.

Chương 4. Dòng nước ngược – Khi thế giới không hiểu

Chapter 4. The Countercurrent — When the World Misunderstands

"Không phải tiếng nói nào cũng tắt giữa đường vì yếu. Nhiều tiếng nói tắt vì gặp một dòng nước ngược."

"Not every voice dies out because it is weak. Many voices fall silent because they meet a countercurrent."

1. Khi xã hội nghe mà không lắng nghe (When society hears but does not listen)

Một đứa trẻ che tai trước tiếng chuông trường, người đi qua bảo "Nó hư". Một bé đứng ngoài vòng chơi, người lớn bảo "Nó không biết hòa đồng". Một gia đình xin cô giáo cho con đổi chỗ ngồi tránh ánh đèn tuýp, câu trả lời là "Lớp đông, không chiều được".

A child covers their ears at the sound of the school bell; a passerby says, "He's spoiled." A child stands outside a circle of play; an adult says, "He doesn't know how to socialize." A family asks the teacher to move their child's seat away from a harsh fluorescent light; the reply is, "The class is full, we can't accommodate that."

Xã hội nghe tiếng trẻ, nhưng không lắng nghe bối cảnh của tiếng ấy. Nghe là thu nhận âm thanh; lắng nghe là chịu thay đổi khi hiểu được ý nghĩa. Sự khác biệt nằm ở ba câu hỏi mà người lớn hiếm khi tự hỏi - **Society hears the sound children make, but it does not listen for the context behind it. To hear is to register sound; to listen is to be willing to change when you understand the meaning. The difference rests on three questions adults rarely ask themselves:**

1. *Tiếng ồn này có thật sự cần thiết không?* (chuông quá to, loa mở suốt giờ ra chơi)

   Is this noise truly necessary? **(Is the bell too loud? Is the speaker on throughout recess?)**

2. *Quy tắc này phục vụ điều gì?* (đi hàng thẳng tuyệt đối, nhìn vào mắt khi nói chuyện)

   What purpose does this rule serve? **(Why insist on perfect lines? Why demand direct eye contact when speaking?)**

3. *Tôi đã cho trẻ một lối vào chưa?* (tín hiệu bắt đầu – kết thúc, chỗ ngồi an toàn, góc tĩnh)

   Have I given the child an entry point? **(A clear start–finish signal, a safe seat, a quiet corner?)**

Khi xã hội chỉ yêu cầu mà không mở lối, tiếng nói sẽ cạn dần. Và khi tiếng nói cạn dần, người lớn lại kết luận: "Trẻ không cố gắng." Đó là vòng lặp đổ lỗi. Lắng nghe bắt đầu bằng việc dịch yêu cầu thành điều kiện: muốn trẻ ngồi yên 10 phút, hãy cho trẻ được đứng dậy 30 giây mỗi 3 phút; muốn trẻ trả lời, hãy giảm số người ở gần; muốn trẻ nhìn, đừng ép nhìn trực diện, hãy cho trẻ được nhìn lệch.

When society only issues demands without opening a way in, voices run dry. And when voices dry up, adults conclude: "The child isn't trying." That becomes a loop of blame. Listening begins with translating requests into conditions: if you want a child to sit quietly for ten minutes, give them a thirty-second standing break every three minutes; if you want them to answer, reduce the number of people nearby; if you want them to look, don't force direct eye contact — allow angled glances.

Lắng nghe không chỉ là nghiêng tai, mà là nhích ghế.

Listening is not merely tilting an ear; it is inching a chair.

2. Nỗi cô đơn của cha mẹ có con tự kỷ (The loneliness of parents of children with autism)

Có một loại mệt mỏi không đo bằng giờ ngủ. Nó đo bằng số lần bị hiểu lầm trong một ngày.

There is a kind of exhaustion that cannot be measured in hours of sleep. It is measured by how many times one is misunderstood in a single day.

Cha mẹ của trẻ tự kỷ thường mang theo bao nỗi cô đơn - **Parents of children on the autism spectrum often carry three kinds of loneliness:**

- **Cô đơn trong gia đình:** "Ông bà bảo ngày xưa nuôi mấy đứa khó hơn mà có sao đâu."

  Loneliness at home: "Grandparents say children used to be harder to raise and nothing happened."

- **Cô đơn ngoài xã hội:** "Sao không dạy con cho tử tế, cứ để nó làm phiền."

  Loneliness in the community: "Why don't you teach your child some manners? He's bothering people."

- **Cô đơn trong hệ thống dịch vụ:** "Danh sách chờ, hẹn sau một tháng."

  Loneliness within the service system: "Waiting lists, appointments pushed a month away."

Cô đơn kéo theo tội lỗi: "Chắc do mình dạy con dở." Tội lỗi kéo theo kiệt sức.

Loneliness breeds guilt: "Maybe I failed as a parent." Guilt leads to burnout.

Muốn phá vòng xoáy, cần ba chiếc cầu - **To break the cycle, three bridges are needed:**

1. **Nhóm cha mẹ nhỏ** (3–5 gia đình) gặp đều đặn mỗi tuần một giờ: chia kinh nghiệm, chia đồ dùng, chia cả sự mệt.

   A small parent group (3–5 families) that meets weekly for one hour: share experiences, swap tools, share the fatigue.

2. **Sổ tay hai trang**: mỗi tuần chọn 1–2 mục tiêu nhỏ, khả thi; ghi thành công vi hạt (ngồi yên 2 phút, bật âm "m").

   A two-page notebook: each week pick 1–2 small, achievable goals; record micro-wins (sat still for 2 minutes, made an "m" sound).

3. **Một đồng minh ở trường**: một giáo viên/cán bộ hiểu con, nhận tin nhắn ngắn gọn mỗi sáng ("Hôm nay con ngủ ít, xin cho con 5 phút góc tĩnh trước giờ học").

   An ally at school: a teacher or staff member who understands the child and receives a short morning message ("My child slept poorly last night; please allow a 5-minute calm corner before class").

Khi cha mẹ có người để dựa, giọng nói của họ ấm lại. Và khi giọng cha mẹ ấm lại, dòng nước quanh trẻ cũng ấm dần.

When parents have someone to lean on, their voices warm. When parents' voices warm, the water around the child grows warmer too.

3. Giáo dục hòa nhập ở Việt Nam: chính sách và thực tế (Inclusive education in Vietnam: policy and practice)

Chính sách nói về hòa nhập; *thực tế* vấp ở chi tiết. Nút thắt thường nằm trong năm "thiếu" - **Policy speaks of inclusion; reality falters on the details. Knots usually form around five "missings":**

1. Thiếu thời gian cá nhân hóa trong lớp đông.

   Missing time for personalization in crowded classrooms.

2. Thiếu công cụ rẻ, sẵn (thẻ hình, đồng hồ cát, tai nghe chống ồn).

   Missing affordable, readily available tools (picture cards, sand timers, noise-reducing headphones).

3. Thiếu quy trình ngắn gọn để báo trước – đổi hoạt động – kết thúc.

   Missing brief procedures for giving advance notice — changing activities — ending activities.

4. Thiếu đào tạo thực hành cho giáo viên về ngôn ngữ phi lời và điều chỉnh cảm giác.

   Missing hands-on training for teachers in nonverbal language and sensory adjustments.

5. Thiếu phối hợp ba bên (gia đình – nhà trường – chuyên viên).

   Missing three-way coordination (family — school — specialist).

Giữa "thiếu" và "không thể", còn một vùng tên là "điều chỉnh hợp lý" những thay đổi nhỏ, chi phí thấp, tác động cao - **Between "missing" and "impossible" there is a zone called "reasonable adjustments": small changes, low cost, high impact:**

- **Ghế ngồi linh hoạt**: cho phép đổi ghế/đứng sau lớp 30 giây mỗi 5–7 phút.

  Flexible seating: allow seat swaps or 30-second standing breaks every 5–7 minutes.

- **Lịch hình ảnh trên bảng**: 4–5 biểu tượng cho tiết học (Bắt đầu – Hoạt động 1 – Nghỉ 2' – Hoạt động 2 – Kết).

  A visual schedule on the board: 4–5 icons for the lesson (Start – Activity 1 – 2-minute Break – Activity 2 – End).

- **Góc tĩnh**: một thảm nhỏ + hộp đồ yên (bóng nắn, gối ôm) + đồng hồ cát.

A calm corner: a small rug + a quiet box (stress ball, hugging pillow) + a sand timer.

- **Tín hiệu thống nhất**: chuông nhỏ/ra hiệu tay để chuyển hoạt động, thay vì la lớn.

  A unified signal: a soft chime/hand signal to transition activities instead of loud shouts.

- **Vai trò cụ thể**: giao "nhiệm vụ dễ thắng" (phát vở, gom bút), để trẻ có chỗ đứng trong tập thể.

  Clear roles: assign "easy wins" (hand out notebooks, collect pens) so the child has a place in the group.

Hòa nhập không phải cho phép ở lại lớp, mà là thiết kế để có thể học. Khi lớp học dịch chuyển dù nửa bước về phía trẻ, trẻ có cơ hội dịch chuyển nửa bước về phía lớp.

Inclusion is not merely allowing a child to remain in class, it is designing the class so learning can actually happen. When a classroom moves even half a step toward the child, the child can move half a step toward the class.

4. Định kiến, sự thiếu hiểu biết và những rào cản vô hình (Prejudice, ignorance, and invisible barriers)

Rào cản nhìn thấy: bậc thềm cao, ánh đèn gắt, chuông quá to.

Visible barriers: high steps, harsh lights, an overly loud bell.

Rào cản vô hình: nhãn dán.

Invisible barriers: labels.

- "Bướng bỉnh" thay cho "quá tải".

  "Stubborn" replaces "overloaded."

- “Vô lễ” thay cho “bảo vệ ranh giới”.

  “Rude” replaces “protecting a boundary.”

- “Lười biếng” thay cho “chưa có lối vào bài”.

  “Lazy” replaces “hasn’t been given an accessible entry point.”

Nhãn dán tiết kiệm thời gian suy nghĩ nhưng làm nghèo phương án.

Labels save time for thinking but rob us of possibilities.

Muốn gỡ rào cản vô hình, ta thay ba thói quen ngôn ngữ - **To dismantle invisible barriers, change three language habits:**

1. **Từ phán xét → mô tả:** “Con chạy ra cửa khi chuông reo.” (không: “Con phá lớp.”)

   From judgment → to description: “The child ran to the door when the bell rang.” (Not: “The child disrupted the class.”)

2. **Từ mệnh lệnh → đề nghị có lựa chọn:** “Con ngồi ghế hay đứng sau lớp 30 giây?”

   From orders → to offers with choice: “Would you like to sit or stand at the back for 30 seconds?”

3. **Từ trừng phạt → ranh giới ấm:** “Không ném. Con vào góc tĩnh 3 phút. Cô ở đây.”

   From punishment → to warm boundaries: “No throwing. Take three minutes in the calm corner. I’ll stay with you.”

Khi ngôn từ đổi bầu không khí, bầu không khí đổi hành vi. Những "rào cản vô hình" tan ra như sương.

When words change the atmosphere, behavior changes. Invisible barriers melt away like mist.

5. "Chúng tôi không cần thương hại – chỉ cần được hiểu" ("We don't want pity — we want to be understood")

Nhiều phụ huynh nói với tôi cậu ấy. Thương hại là *nhìn từ trên xuống*; được hiểu là *ngồi xuống ngang tầm*.

Many parents have said this to me. Pity looks down from above; being understood means sitting down at eye level.

Sự khác biệt thể hiện ở hành động nhỏ - **The difference shows in small actions:**

- **Thương hại**: "Tội nghiệp bé quá, để cô làm hộ hết."

  Pity: "Poor child, let me do everything for them."

- **Được hiểu**: "Cô sẽ chờ con thêm 20 giây để con tự kéo khóa. Con làm được việc nhỏ này."

  Being understood: "I'll wait 20 more seconds for you to zip your jacket. You can do this small thing."

- **Thương hại**: tặng đồ chơi đắt tiền.

  Pity: giving an expensive toy.

- **Được hiểu**: tặng thẻ hình, đồng hồ cát, tai nghe—những thứ trao năng lực giao tiếp.

  Being understood: giving picture cards, a sand timer, noise-reducing headphones — items that enable communication.

- **Thương hại**: khen "bé ngoan" chung chung.

  Pity: praising "good child" in vague terms.

- **Được hiểu**: ghi nhận hành vi cụ thể: "Con đợi tới lượt 2 lần."

  Being understood: noting a specific behavior: "You waited your turn twice."

Khi được hiểu, tự trọng của trẻ lớn lên. Khi tự trọng lớn lên, động cơ học bật sáng.

When children are understood, their self-esteem grows. When self-esteem grows, motivation to learn ignites.

6. Dòng nước ngược – nơi tiếng nói cần được chống đỡ bằng lòng nhân ái (The Countercurrent — where voices need the buoy of compassion)

Trong dòng nước ngược, người bơi giỏi nhất không phải người khỏe nhất, mà là người giữ được hơi thở. Trẻ tự kỷ và gia đình các em đang bơi trong dòng nước ấy mỗi ngày: tiếng ồn, đèn sáng, lịch dày, phán xét nhanh. Họ không xin ta đẩy lưng; họ xin ta giảm tốc dòng nước: bớt ồn, bớt gắt, bớt vội, bớt nhãn dán.

In a countercurrent, the best swimmer is not the strongest, but the one who keeps breathing. Children with autism and their families swim in that current every day: noise, bright lights, packed schedules, quick judgments. They do not ask for us to push them forward; they ask us to slow the current: less noise, less harshness, less hurry, fewer labels.

Lòng nhân ái thực hành trông như thế này - **Compassion in practice looks like this:**

- Ở nhà trường: một quy trình 5 phút trước tiết học (báo trước – thở chung – giao vai – tín hiệu bắt đầu – cửa ra an toàn).

  In schools: a five-minute routine before class (announce — breathe together — assign roles — start signal — safe exit).

- Ở bệnh viện: ưu tiên khung giờ ít ồn, cho phép vào phòng chờ yên.

In hospitals: prioritize quieter appointment slots and allow entry into calmer waiting areas.

- Ở không gian công cộng: một góc yên có ký hiệu rõ, nội quy ngắn gọn.

  In public spaces: a clearly marked quiet corner and a short, simple code of conduct.

- Ở cộng đồng: biển nhỏ "Xin nhẹ tiếng" ở nơi có trẻ đặc biệt; một "giờ yên" mỗi tuần tại siêu thị/thư viện.

  In the community: small signs reading "Please lower your voice" where children with special needs may be present; a weekly "quiet hour" at supermarkets or libraries.

- Ở gia đình: "ba neo" sáng–trưa–tối, "bong bóng 5 phút" giao tiếp, "sổ tay chiến thắng vi hạt" mỗi tuần.

  At home: "three anchors" morning–noon–evening, a "five-minute bubble" for focused communication, and a weekly "micro-wins notebook."

Lòng nhân ái không thay thế chuyên môn; nó kích hoạt chuyên môn. Một môi trường ấm là bình dưỡng khí để mọi phương pháp có cơ hội phát huy.

Compassion does not replace expertise; it activates it. A warm environment is oxygen for methods to work.

Kết chương - Chapter conclusion

Dòng nước ngược không biến mất trong một ngày. Nhưng một lớp học có thể yên hơn trong một tuần; một ngôi nhà có thể ấm hơn trong một tối; một khu phố có thể thân thiện hơn trong một tháng, nếu đủ nhiều người nhích ghế lại gần nhau.

The countercurrent does not vanish in a day. But a classroom can be quieter in a week; a home can be warmer in an evening; a neighborhood can be friendlier in a month, if enough people inch their chairs closer together.

Khi xã hội lắng nghe bằng hành động, nỗi cô đơn của cha mẹ giảm nửa, gánh nặng của giáo viên nhẹ nửa, còn tiếng nói của trẻ tăng gấp đôi. Ta không cần những cuộc cách mạng ồn ào—ta cần những điều chỉnh hợp lý, bền bỉ và tử tế.

When society listens with action, parents' loneliness halves, teachers' burdens ease, and children's voices double. We do not need loud revolutions — we need reasonable, steady, kind adjustments.

Và đến một lúc nào đó, giữa buổi chiều có gió, bạn sẽ bắt gặp một cảnh rất nhỏ: một đứa trẻ ngẩng lên, nói "cô ơi"—rõ, chậm, đủ nghe; một cô giáo mỉm cười, gật đầu; cả lớp vẫn học bình thường. Khi chuyện "rất nhỏ" trở thành chuyện "rất thường", ta biết dòng nước đã đổi hướng.

And one afternoon, with the breeze in the trees, you may witness a very small scene: a child looks up and says, "Teacher" — clear, slow, and audible; a teacher smiles and nods; the rest of the class keeps learning as usual. When what was once "very small" becomes "very ordinary," you know the current has turned.

PHẦN III – TIẾNG VỌNG TRỞ LẠI: HÀNH TRÌNH TÌM LẠI NGÔN NGỮ

PART III – THE RETURNING ECHO: THE JOURNEY BACK TO LANGUAGE

"Có những âm thanh không bao giờ biến mất. Chúng chỉ chờ một dòng nước đủ ấm để vang lên lần nữa."

"Some sounds never disappear. They simply wait for waters warm enough to rise again."

Sau những chương đầu của cuốn sách – nơi ta đã cùng nhau nhìn xuống mặt nước im lặng, nghe âm thanh méo đi và chứng kiến những bàn tay biết nói, hành trình này đi đến thời khắc quan trọng nhất: ngôn ngữ trở lại.

After the opening chapters—where we peered into still waters, heard distorted echoes, and watched hands learn to speak—this journey arrives at its most pivotal moment: the return of language.

"Trở lại" không có nghĩa là đột ngột xuất hiện. Ngôn ngữ không bật dậy sau một đêm như phép màu. Nó rục rịch từ bên trong, qua hàng trăm phiên trị liệu nhỏ, qua hàng nghìn lần kiên nhẫn chờ đợi, qua mỗi cái gật đầu, mỗi nụ cười, mỗi "nữa" bật ra méo mó nhưng chứa đầy nỗ lực.

"Returning" does not mean suddenly appearing. Language does not leap awake overnight like magic. It stirs from within—through hundreds of small therapy sessions, thousands of patient pauses, each nod, each smile, each imperfect "more" uttered with immense effort.

Từ im lặng đến hồi đáp (From Silence to Response)

Ngôn ngữ là một hành trình thần kinh, nhưng cũng là một hành trình cảm xúc. Trước khi có lời, phải có niềm tin. Trước khi có niềm tin, phải có một người chịu ở lại.

Language is a neurological journey, but also an emotional one. Before there are words, there must be trust. Before trust, there must be someone willing to stay.

Trẻ tự kỷ không "tự nhiên" nói; chúng nói khi cảm thấy an toàn để được nghe. An toàn ấy không đến từ phương pháp, mà từ con người - **Autistic children do not "naturally" speak; they speak when they feel safe enough to be heard. Safety is not created by a method, but by a person:**

- Từ người mẹ kiên nhẫn ngồi chờ con chỉ tay thêm một lần.

  A mother who waits patiently for her child to point one more time.

- Từ người cha chịu học lại cách nói "chậm và rõ".

  A father who relearns how to speak "slow and clear."

- Từ người giáo viên bị kỷ luật một chút để giữ được lòng tin của một đứa trẻ đặc biệt.

  A teacher who loosens the rules just enough to hold a fragile trust.

Mỗi người như một phản xạ dội âm trong mặt nước: nói một câu, đợi tiếng vọng; khi tiếng vọng trở lại, đó là bằng chứng rằng kết nối đã thành hình.

Each person becomes an echo bouncing off the water's surface: speak a word, wait for the echo; when the echo comes back, connection is born.

Những giọt nước đầu tiên của tiếng nói (The First Drops of Sound)

Không ai biết chính xác khi nào "tiếng nói" quay về. Nó có thể bắt đầu bằng một âm bật nhẹ, một từ nửa vời, hay chỉ là một nụ cười khi được gọi tên. Những người lắng nghe thật sự sẽ nhận ra ngay – vì trong khoảnh khắc ấy, có thứ gì đó trong không khí dịu đi, ấm lên, chuyển động.

No one knows exactly when "language" returns. It may begin with a soft consonant, a half-word, or a smile when called by name. But those who listen closely notice immediately—for in that moment, something in the room softens, warms, shifts.

Tôi gọi đó là **"tiếng vọng trở lại"** – không phải vì trẻ bắt đầu phát âm, mà vì thế giới bắt đầu đáp lại đúng nhịp.

I call this the *returning echo*—not because the child begins to vocalize, but because the world finally starts responding in rhythm.

Khi người lớn thôi hỏi "bao giờ con nói", và bắt đầu hỏi "con đang nói theo cách nào", thì ngôn ngữ, dù nhỏ bé, cũng được phép quay về.

When adults stop asking *"When will you talk?"* and start asking *"How are you talking right now?"*, language—however small—finds its way home.

Từ nỗ lực riêng lẻ đến hệ thống can thiệp nhân văn - From Individual Efforts to a Humane Intervention System

Phần này của cuốn sách sẽ đi sâu vào hành trình can thiệp và phục hồi ngôn ngữ – không chỉ bằng dữ liệu và lý thuyết, mà bằng những mô hình thực tiễn được hình thành từ công trình nghiên cứu và thực hành tại Việt Nam.

This section explores the journey of language intervention and recovery—not only through theory and data, but through practical models shaped from research and real work in Vietnam.

Chúng ta sẽ đi qua - **We will walk through:**

- **Những cuộc hồi đáp đầu tiên** – nơi những âm thanh ngập ngừng trở thành lời.

  The first responses—where hesitant sounds turn into words.

- **Mô hình "Nước ấm"** – khung can thiệp tích hợp giữa gia đình, trung tâm và trường học.

  The "Warm Water Model"—an integrated framework connecting families, centers, and schools.

- **Vai trò của cộng đồng và người đồng hành** – để không ai bị bỏ lại trong quá trình khơi mở ngôn ngữ.

  The role of community and companions—so no child is left alone in the process of opening their voice.

Ở đó, khoa học gặp trái tim; phương pháp gặp lòng trắc ẩn. Bởi không có ngôn ngữ nào bền vững nếu thiếu hơi ấm của tình thương.

Here, science meets the heart; method meets compassion. No language endures without the warmth of human care.

Khi tiếng vọng hóa thành lời (When Echo Becomes Speech)

Nếu phần I là đáy nước tĩnh, phần II là bong bóng nổi lên, thì phần III là tiếng vọng trỗi dậy. Những âm thanh từng méo mó nay dần tròn; những bàn tay từng chạm rụt rè nay biết đỡ lấy bàn tay khác; và những ánh mắt từng tránh né giờ đã dám ở lại lâu hơn một nhịp.

If Part I is the still riverbed, and Part II the rising bubbles, then Part III is the echo awakening. Sounds once distorted now round out; hands once tentative now reach for other hands; eyes once avoiding now dare to stay longer—just one more beat.

Ngôn ngữ không chỉ là chuỗi âm tiết. Nó là sự trở về của kết nối – giữa người và người, giữa cha mẹ và con, giữa đứa trẻ và chính thế giới từng khiến nó sợ hãi.

Language is more than syllables. It is the return of connection—between people, between parent and child, between a child and a world that once frightened them.

“Khi đứa trẻ gọi ‘mẹ’ lần đầu, không chỉ âm thanh vang lên – mà cả thế giới cũng lặng đi để nghe.”

"When a child says ‘mama’ for the first time, it is not just a sound that rises—the whole world falls silent to listen."

Từ đây, chúng ta bước vào phần ba của hành trình – nơi im lặng nở hoa thành tiếng, và mỗi lời nói, dù nhỏ bé, đều là một chiến thắng của lòng kiên nhẫn và tình thương.

From here, we step into the third chapter of the journey—where silence blossoms into sound, and every small word becomes a triumph of patience and love.

Chương 5. Khi âm thanh trở về – những cuộc hồi đáp đầu tiên

Chapter 5. When Sound Returns – The First Responses

"Âm thanh không xuất hiện như sấm chớp. Nó rón rén đi qua lòng tin, rồi nảy lên thành một tiếng thở có nghĩa."

"Sound does not appear like lightning. It tiptoes through trust, then rises into a meaningful breath."

1. Những buổi trị liệu đầu tiên – nơi im lặng bắt đầu tan chảy (The First Sessions – Where Silence Begins to Melt)

Những buổi đầu hiếm khi "đẹp". Trẻ nhìn xuống, tay vặn áo, chân đong đưa, phòng yên mà không dễ thở. Công việc của người lớn không phải "bắt đầu bài", mà là làm ấm mặt nước: giảm ồn, bớt đèn gắt, ngồi lệch 15–30°, đặt một đồ vật quen – một chiếc xe, quả bóng, chiếc khăn mềm.

The first sessions are rarely "beautiful." The child looks down, twists their shirt, swings their feet; the room is quiet yet not comfortable. The adult's job is not to "start the lesson," but to warm the water: reduce noise, dim harsh lights, sit at a 15–30° angle, place a familiar object—a car, a ball, a soft cloth.

Ta không hỏi "Con tên gì?", "Con mấy tuổi?"; ta mời tham gia bằng nhịp - **We don't ask "What's your name?" or "How old are you?"; we invite participation through rhythm:**

- **Lượt – chờ – đổi** với quả bóng nhỏ (10 vòng, đồng hồ cát 30–45 giây).

  Turn–wait–switch with a small ball (10 rounds, 30–45 seconds sand timer).

- **Gắn nhãn 1–2 từ khóa** đúng khoảnh khắc: "NỮA", "MỞ", "XONG".

  Label 1–2 key words at the exact moment: "MORE," "OPEN," "DONE."

- **Đóng file cảm xúc** bằng 5–10 giây im lặng có mặt, trước khi chuyển hoạt động.

  Close the emotional file with 5–10 seconds of calm presence before shifting activities.

Im lặng tan bằng nhịp chứ không tan bằng lời. Khi nhịp an toàn xuất hiện (đi – đừng – đợi – đến lượt), trẻ dám thử âm đầu: m—, n—, đ—. Đó là những "hạt giống âm tiết" đầu tiên. Ta mở khóa hành động ngay khi nghe hạt giống ấy, để trẻ học quy luật: *âm thanh của con có sức mạnh thay đổi thế giới*.

Silence melts through rhythm, not words. When a safe rhythm appears (go–stop–wait–turn), children dare to try their first sounds: m—, n—, d—. These are the first "syllable seeds." We unlock the action the instant we hear a seed, teaching the rule: *Your sound changes the world.*

Một buổi thành công không phải buổi có nhiều chữ; là buổi kết thúc trong bình yên. Trẻ ra khỏi phòng với nhịp tim chậm lại, tay bớt nắm chặt – đó là vốn liếng cho lần sau.

A successful session is not one with many words—it is one that ends in peace. A child leaving with a slower heartbeat and relaxed hands carries that safety into the next session.

2. Từ dữ liệu thực nghiệm: 70% trẻ có cải thiện sau 6 tháng can thiệp (Data From the Field: 70% Improve After 6 Months)

Trong theo dõi thực địa 6 tháng (mỗi trẻ tối thiểu 48 phiên can thiệp ngắn 20–30 phút, kèm thực hành tại nhà), ~70% trẻ đạt cải thiện có ý nghĩa lâm sàng ở ít nhất hai chỉ số sau
- In a six-month field study (minimum 48 short sessions of 20–30 minutes plus home practice), about 70% of children showed clinically meaningful improvement in at least two of the following indicators:

- **Tần suất chủ động giao tiếp** (thêm ≥3 lần/phiên; bao gồm cử chỉ, thẻ, âm đầu).

  Increase in initiated communication (≥3 times/session: gestures, cards, initial sounds).

- **Độ dài chuỗi lượt** (từ 2 lên 4–6 lượt không đứt nhịp).

  Longer turn-taking chains (from 2 up to 4–6 uninterrupted turns).

- **Số "âm đầu đúng lúc"** (m, n, đ, b…) tăng gấp đôi so với tháng 1.

  Doubling of correctly timed initial consonants (m, n, d, b…).

- **Từ chức năng đầu đời** (NỮA/ MỞ/ KHÔNG/ ĐI/ CÔ ƠI) xuất hiện ổn định ≥3 bối cảnh.

  Functional early words ("MORE/ OPEN/ NO/ GO/ TEACHER") appearing consistently in ≥3 contexts.

- **Thời gian ở lại hoạt động** (không rời chỗ) tăng ≥50%.

  50% longer sustained participation in activities.

Những trẻ có môi trường hộ tống (gia đình – lớp – trị liệu dùng cùng nhịp và cùng từ khóa) tiến bộ nhanh hơn ~2 lần. Ngược lại, nếu mỗi nơi dùng một "ngôn ngữ", trẻ tốn năng lượng "dịch", tiến độ chậm lại. Vì thế, dữ liệu củng cố một điều tưởng nhỏ mà quyết định: thống nhất nhịp – từ – nghi thức trên mọi "môi trường nước".

Children with a unified support system (family–class–therapy using the same rhythm and keywords) progressed about twice as fast. When each environment uses a different "language," the child wastes energy translating, slowing progress. The lesson is simple but decisive: *unify rhythm—words—rituals across all waters the child swims in.*

3. Hành trình hồi đáp – khi trẻ bắt đầu gọi tên thế giới (The Response Journey – When Children Begin Naming the World)

Hồi đáp không phải một khoảnh khắc; nó là đường cong nhỏ. Thường đi qua bốn trạm - **Response is not a moment; it is a gentle curve, usually passing four stations:**

Trạm 1 – Ý định có mặt: Trẻ *đẩy bóng – nhìn đồ – kéo tay – xua tay*. Chưa có âm, nhưng ý muốn rõ. Người lớn gắn từ khóa 1–2 âm tiết đúng khoảnh khắc.

Station 1 – Intent appears: The child pushes the ball, looks at an object, pulls a hand, waves "no." No sounds yet, but intentions are clear. Adults label with 1–2 key words.

Trạm 2 – Âm đầu đúng lúc: Trẻ bật "m—", "n—", "đ—". Người lớn mở khóa ngay (*m— ⇒ MỞ ⇒ hành động xảy ra*). Từ đây não học phép nhân: âm → tác động.

Station 2 – Initial sounds on time: The child produces "m—," "n—," "d—." Adults unlock immediately (m— ⇒ MORE ⇒ action happens). The brain learns the multiplier: sound → effect.

Trạm 3 – Từ chức năng đầu đời: Xuất hiện NỮA/ MỞ/ KHÔNG/ ĐI/ CÔ ƠI trong ≥2 bối cảnh. Đừng ép câu dài; từ có lực quan trọng hơn câu có vẻ.

Station 3 – First functional words: Words like MORE/ OPEN/ NO/ GO/ TEACHER emerge across ≥2 settings. Do not demand sentences; power matters more than polish.

Trạm 4 – Gọi tên thế giới: Vật/ người thường gặp có tên: "bánh", "bóng", "mẹ", "cửa", "đèn". Tên xuất hiện khi có lợi ích xã hội: gọi đúng → người khác đến/ đưa/ cười.

Station 4 – Naming the world: Familiar people/objects gain names: "cookie," "ball," "mama," "door," "light." Naming appears when naming has social value: say it right → someone comes, gives, smiles.

Ba "đòn bẩy" giúp đường cong ngắn lại - **Three accelerators shorten the curve:**

- **Đồ thật – tình huống thật**: học tên trong bữa ăn, lúc ra cửa, khi bật đèn.

  Real objects – real moments: learn names during meals, going out, switching lights.

- **Quyền chọn thật**: "bánh hay sữa?", "sân hay nhà?". Quyền chọn thắp động cơ lời.

Real choices: “cookie or milk?”, “playground or home?” Choices ignite motivation to speak.

- **Ăn mừng đúng liều**: mắt – cười – gật; lời khen ngắn. Quá nhiều khen ồn dễ làm vỡ nhịp.

  Celebration in small doses: eye contact, a smile, a nod; short praise. Too much excitement breaks the rhythm.

Một ngày, đứa trẻ ngước lên, nói “mẹ” – méo, nhỏ, chưa tròn – nhưng thật. Không phải “từ mới” của một bài học, mà là từ cũ của trái tim, vừa tìm được đường trên miệng.

One day, the child looks up and says “mama”—crooked, quiet, imperfect—but real. It is not a “new word” from a lesson. It is an old word from the heart, finding its way to the mouth.

4. Giữa lý thuyết ABA, PECS và cảm xúc thật của trẻ (Between ABA, PECS, and the Child’s Real Emotions)

Phương pháp là cánh tay, không phải trái tim; nhưng không có cánh tay, trái tim khó nâng đỡ đường dài.

Methods are arms, not hearts; but without arms, the heart struggles on long journeys.

- **ABA** (Phân tích hành vi ứng dụng) mạnh ở phân nhỏ mục tiêu, củng cố kịp lúc, dữ liệu rõ. Nguy cơ: nếu *quá cơ học*, trẻ làm để lấy thưởng, không kết nối. Khắc phục: lồng chơi có cảm xúc vào chuỗi, đặt mục tiêu xã hội (ánh mắt, đợi lượt) ngang hàng kỹ năng.
- **ABA strength: breaking goals down, timely reinforcement, clear data. Risk: mechanical behavior—child works for rewards, not connection. Fix: weave emotional play into the structure; value social goals as much as skills.**

- **PECS** (Trao đổi tranh ảnh) là cầu nói cụ thể, tối ưu cho giai đoạn "ý định → từ chức năng". Nguy cơ: phụ thuộc thẻ, lời đến chậm. Khắc phục: rút thẻ dần khi "âm đầu" xuất hiện; gắn giọng người vào mỗi lần trao đổi (nói từ khóa).
- **PECS strength: clear path to communication—ideal for intent → functional words. Risk: card dependence; vocal speech may slow. Fix: fade cards once initial sounds appear; pair every exchange with a spoken keyword.**

- **DIR/Floortime** giúp đồng bộ cảm xúc – quan hệ – suy nghĩ, đặt niềm vui chung làm nhiên liệu. Nguy cơ: nếu thiếu khung, khó đo. Khắc phục: giữ khung 10–15 phút, ghi 3 chỉ số mềm/phiên.
- **DIR/Floortime: Strength: synchronizes emotion–relationship–thinking; joy fuels learning. Risk: without structure, hard to track. Fix: keep 10–15 min frameworks; record 3 soft indicators per session.**

Cách đi "có trái tim": pha. Bắt đầu bằng **DIR/Floortime** (kết nối), dùng **PECS** để trao quyền giao tiếp, chèn **ABA** để điều chỉnh hành vi mục tiêu. Khung chung vẫn là: ngắn – rõ – có nhịp – có cảm xúc.

The blended path (the one with a heart): Begin with DIR/Floortime (connection), use PECS to grant communicative power, integrate ABA to shape targeted behaviors. The shared backbone remains: short—clear—rhythmic—emotional.

Hãy nhớ: cảm xúc thật của trẻ là kim chỉ nam. Nếu mắt rỗng, tay làm máy móc, cười không chạm mắt – ta đã chệch. Nếu mắt sáng lên, trẻ chủ động kéo tay "cô ơi", hoặc dám nói "không" rõ ràng – ta đang đúng đường.

Remember the compass: the child's real emotion. If eyes are empty, hands mechanical, smiles unconnected—we've strayed. If eyes brighten, the child pulls your hand or says "no" firmly—we are on the right path.

5. Khoa học không đủ – cần thêm trái tim của người lắng nghe (Science Isn't Enough – We Need the Listener's Heart)

Khoa học cho ta bản đồ; trái tim đưa ta đi qua đêm tối. Có những ngày dữ liệu "đẹp" nhưng buổi học *không chạm*; và có những chiều trẻ chỉ bật đúng một âm mà căn phòng bỗng ấm lên.

Science gives the map; the heart carries us through the dark. Some days the data look "perfect," yet the session doesn't touch the child. And some afternoons, one correctly timed sound warms the whole room.

Sự khác biệt nằm ở người nghe - **The difference lies in the listener:**

- Người nghe chậm 10% để không đè lên độ trễ xử lý của trẻ.

  One who slows 10% to match processing delays.

- Người nghe nhìn vào mắt – rồi hạ xuống bàn tay – rồi trở lại mắt, để tín hiệu đi qua đủ kênh.

  One who looks at the eyes—then hands—then back to the eyes.

- Người nghe không sợ im lặng, vì biết đó là khoảng bù trừ thần kinh.

  One who is not afraid of silence.

- Người nghe đặt ranh giới ấm: rõ – ngắn – tôn trọng thân thể.

  One who sets warm boundaries: clear—short—respectful.

- Người nghệ ăn mừng vì hạt: một âm đúng lúc, một dấu phẩy ánh mắt, một cái gật thay nước mắt.

  One who celebrates micro-victories: a sound, a glance, a nod.

Khoa học chỉ ra rằng 70% trẻ cải thiện sau 6 tháng. Trái tim nhắc ta rằng 30% còn lại không phải thất bại – đó là những hành trình cần thêm hơi ấm, thêm thời gian, thêm cách đi. Và chính ở nhóm này, người đồng hành học sâu nhất về sự khiêm nhường: bỏ bớt kỳ vọng, tăng thêm hiện diện.

Science says *70% improve in six months.* The heart says *the other 30% are not failures—they are journeys that need more warmth, more time, more ways.* And with them, we learn the deepest humility: fewer expectations, more presence.

“Người ta hỏi bao giờ con nói. Tôi nói: bao giờ cây cầu đủ vững. Còn việc của chúng ta hôm nay – là đóng thêm một tấm ván, bằng nhịp thở đều và một nụ cười đủ lâu.”

"People ask when my child will talk. I say: when the bridge is strong enough. Our job today is to lay one more plank—steady breath, long enough smile."

Tóm tắt hành động – để tiếng vọng có đường về

Action Summary – So the Echo Finds Its Way Home

- **Giữ nghi thức mở buổi**: giảm ồn – thở 3 vòng – lịch hình 3 bước.

  Keep a consistent opening ritual: quiet room — three breaths — three-step schedule.

- **Luyện “từ chức năng đầu đời”** trong bối cảnh thật: NỮA/ MỞ/ KHÔNG/ ĐI/ CÔ ƠI.

  Practice first functional words in real contexts: MORE/ OPEN/ NO/ GO/ TEACHER.

- **Mở khóa ngay** khi có **âm đầu**, không đòi câu đầy.

  Unlock actions at the slightest initial sound; don’t demand full sentences.

- **Thống nhất nhịp & từ khóa** giữa nhà – lớp – trị liệu.

Synchronize rhythm & keywords across home – school – therapy.

- **Ghi 3 chỉ số mềm**/tuần: lượt chờ, âm đầu đúng lúc, số lần chủ động.

  Track three soft indicators each week: turn-waiting, initial sounds, initiations.

- **Kết thúc bằng yên 10 giây** – để não "đóng file", lòng "giữ ấm".

  End with 10 seconds of calm—so the brain can "close the file" and the heart "keep warm."

Kết chương - Chapter conclusion

Khi những điều nhỏ này trở thành nếp, âm thanh sẽ trở về – không ồn ào, không phô trương – mà đúng lúc, đúng chỗ, đúng người. Và đến ngày đứa trẻ gọi "mẹ", ta sẽ hiểu: đó không chỉ là tiếng nói của một cái miệng, mà là tiếng vọng của một thế giới đã tìm được đường về nhà.

When these small things become a habit, sound will return—not loud, not dramatic—but at the right time, in the right place, to the right person. And on the day the child calls "mama," we understand: it is not just the voice of a mouth, but the echo of a world finally finding its way home.

Chương 6. Mô hình "Nước ấm" – Can thiệp từ gia đình đến cộng đồng

Chapter 6. The "Warm Water" Model — From Family Intervention to Community Care

"Nước không đẩy, nước nâng. Môi trường đủ ấm sẽ làm ngôn ngữ muốn bơi ra."

"Water does not push; water lifts. In an environment warm enough, language wants to swim out."

1. Từ luận án đến thực tiễn: đề xuất mô hình tích hợp "Gia đình – Trung tâm – Trường học" (From thesis to practice: proposing an integrated "Family – Center – School" model)

Luận án cho thấy: trẻ tiến bộ nhanh hơn rõ rệt khi ba môi trường chính dùng cùng nhịp – cùng từ khóa – cùng nghi thức. Từ đó, chúng tôi đề xuất mô hình "Nước ấm" – một hệ can thiệp liên kết ba trục - **The thesis shows clearly: children progress noticeably faster when the three main environments use the same rhythm — the same keywords — the same rituals. From this we propose the "Warm Water" Model — a linked intervention system across three axes:**

- **Gia đình**: nếp sống ấm, ba "neo" mỗi ngày (sáng–trưa–tối), "bong bóng 5 phút" giao tiếp, sổ tay vi hạt.

  Family: a warm daily routine, three daily "anchors" (morning–noon–evening), 5-minute communication "bubbles," and a micro-wins notebook.

- **Trung tâm trị liệu**: đánh giá – đặt mục tiêu ngắn, đo được; chuyển giao kỹ năng cho gia đình & giáo viên; giám sát dữ liệu mềm.

  Therapy center: assessment — short measurable goals; skill transfer to family & teachers; monitoring of soft data.

- **Trường học**: điều chỉnh hợp lý (lịch hình ảnh, góc tĩnh, tín hiệu thống nhất, vai trò cụ thể), kịch bản 5 phút trước giờ học.

  School: reasonable adjustments (visual schedule, calm corner, unified signals, concrete roles), and a 5-minute pre-class script.

Nguyên tắc chung - Core principles:

1. **Thống nhất từ khóa** (5–7 từ chức năng đầu đời): *MỞ, NỮA, KHÔNG, ĐI, CÔ ƠI, DỪNG, XONG*.

   Unified keywords (5–7 first functional words): OPEN, MORE, NO, GO, TEACHER, STOP, DONE.

2. **Thống nhất nhịp**: nói chậm 10–20%, câu ngắn 4–6 từ, đếm chờ 3–7 nhịp.

   Unified rhythm: speak 10–20% slower; short sentences (4–6 words); count waits of 3–7 beats.

3. **Thống nhất nghi thức**: *Báo trước – Làm – Kết* (BLK) cho mọi hoạt động.

   Unified ritual: Preview – Do – Close (PDC) for every activity.

4. **Thống nhất cách đo**: **3 chỉ số mềm/tuần** (lượt chờ ≥3 giây; số âm đầu đúng lúc; số lần chủ động).

   Unified measurement: 3 soft indicators/week (waits ≥3 seconds; correctly timed initial sounds; spontaneous initiations).

5. **Thống nhất ăn mừng**: lễ nhỏ – nhãn dán, vé ôm, 5 phút trò chơi chung.

   Unified celebration: small rituals — stickers, "hug tickets," 5 minutes of shared play.

Chu trình 4 tuần (lặp) - **4-week cycle (repeatable):**

- Tuần 1: chọn mục tiêu 1–2 kỹ năng (ví dụ: "Nói NỮA", "Đợi 3 giây").

  Week 1: choose 1–2 target skills (e.g., "Say MORE," "Wait 3 seconds").

- Tuần 2–3: luyện "đồ thật–tình huống thật" ở cả 3 môi trường.

  Weeks 2–3: practice "real object — real situation" across all three environments.

- Tuần 4: tổng kết, điều chỉnh mục tiêu, chuyển giao bước tiếp theo.

  Week 4: summarize, adjust goals, hand over next steps.

2. 5 giai đoạn khơi mở ngôn ngữ: 1. Quan sát → 2. Phản hồi → 3. Mô phỏng → 4. Giao tiếp có chủ đích → 5. Hội nhập (Five stages to open language: 1. Observe → 2. Respond → 3. Model → 4. Intentional Communication → 5. Generalization)

1. Quan sát (Observe)

Mục tiêu: đọc tín hiệu.

Goal: read signals.

Công cụ: "sổ tay 4M" (Moment–Milieu–Meaning–Micro-step).

Tool: the *4M notebook* (Moment–Milieu–Meaning–Micro-step).

Thực hành - **Practice:**

- Ghi khi nào/ở đâu trẻ chủ động (kéo tay, chỉ, nhìn).

  Record when/where the child initiates (pulling a hand, pointing, looking).

- Mô tả trần trụi (không phán xét).

  Describe plainly (no judgment).

- Suy đoán ý nghĩa khả dĩ (muốn/né/trấn an).

  Hypothesize likely meaning (want/avoid/reassure).

- Chốt bước siêu nhỏ lần sau (ngồi lệch 15°, đếm chờ 5 nhịp, giảm ồn).

  Lock in a micro-step for next time (sit at 15°, count wait 5 beats, reduce noise).

Chỉ số: phát hiện ≥2 tín hiệu lặp/tuần.

Indicator: detect ≥2 recurring signals/week.

2. Phản hồi (Respond)

Mục tiêu: cho trẻ cảm giác "được nghe".

Goal: make the child feel *heard*.

Công cụ: BLK (Báo trước – Làm – Kết), từ khóa 1–2 âm tiết.

Tool: PDC (Preview–Do–Close), 1–2 syllable keywords.

Thực hành - **Practice:**

- Trẻ kéo tay → chạm thẻ MỞ → nói "MỞ" → mở ngay.

  The child pulls your hand → touch OPEN card → say "OPEN" → open immediately.

- Trẻ xua tay → nói "KHÔNG – cô nghe" → tạm dừng 20–30 giây.

  Child waves hand away → say "NO — I hear you" → pause 20–30 seconds.

Chỉ số: số lần trẻ tiếp nối sau phản hồi (≥3 lần/phiên).

Indicator: number of child follow-ups after a response (≥3 times/session).

3. Mô phỏng (Model)

Mục tiêu: bắc ván gỗ đầu tiên cho lời.

Goal: lay the first plank toward words.

Công cụ: Cử–Âm–Từ (3 bậc), lượt–chờ–đổi vai.

Tool: Gesture–Sound–Word (3 tiers), turn–wait–switch.

Thực hành - **Practice**:

- Khi có cử → nhắc âm đầu (m—) → làm ngày hành động.

  On a gesture → prompt initial sound (m—) → perform the action immediately.

- Khi có âm → nói trọn từ (MỞ) kèm hành động.

  On an initial sound → say the full word (OPEN) with the action.

- Khi có từ → nối 1 từ ngữ pháp (Con MỞ).

  On the word → add one grammatical element ("Child OPEN").

Chỉ số: số "âm đầu đúng lúc"/phiên tăng dần.

Indicator: rising number of correctly timed initial sounds per session.

4. Giao tiếp có chủ đích (Intentional Communication)

Mục tiêu: từ chức năng đầu đời xuất hiện ≥2 bối cảnh: *MỞ – NỮA – KHÔNG – ĐI – CÔ ƠI – DỪNG – XONG*.

Goal: first functional words appear in ≥2 contexts: OPEN – MORE – NO – GO – TEACHER – STOP – DONE.

Công cụ: thẻ ảnh, quyền chọn thật, đồng bộ giữa 3 môi trường.

Tool: picture cards, real choices, cross-setting consistency.

Thực hành **- Practice**:

- Mọi yêu cầu đi qua "cầu nói" (thẻ/âm/từ).

  All requests go through the "communication bridge" (card/sound/word).

- Mở khóa ngay khi có tín hiệu; không đòi câu dài.

  Unlock immediately on any signal; do not demand full sentences.

- Rút thẻ dần khi âm xuất hiện.

  Fade cards gradually as sounds emerge.

Chỉ số: ≥3 "từ chức năng" ổn định/4 tuần.

Indicator: ≥3 stable functional words over 4 weeks.

5. Hội nhập (Generalization)

Mục tiêu: mang kỹ năng ra bối cảnh mới.

Goal: transfer skills to new contexts.

Công cụ: lịch hình ảnh, vai trò cụ thể, cửa ra an toàn.

Tool: visual schedules, concrete roles, safe exit routes.

Thực hành **- Practice**:

- Ở lớp: giao **vai nhỏ** (phát bút, rung chuông), giữ nhịp cũ.

  In class: give small roles (pass out pencils, ring bell), keep the same rhythm.

- Ở công viên/siêu thị: luyện 2–3 yêu cầu (NỮA, KHÔNG, ĐI) với ít ồn và thời lượng ngắn.

  In park/supermarket: practice 2–3 requests (MORE, NO, GO) with reduced noise and short duration.

- Tăng dần độ khó: thêm người, thêm tiếng, thêm thời gian.

Gradually increasing difficulty: more people, more sound, more time.

Chỉ số: kỹ năng giữ được ở 2 bối cảnh mới trong 2 tuần.

Indicator: skills maintained in 2 new settings within 2 weeks.

3) Vai trò của cha mẹ: người "lặn cùng" con trong hành trình thấu hiểu

3) The parent's role: the caregiver who "dives with" the child

Cha mẹ là bình dưỡng khí của mô hình "Nước ấm". Ba năng lực cốt lõi - **Parents are the oxygen tank of the Warm Water Model. Three core capacities:**

A. Tạo nền sinh hoạt ấm (3 neo + góc tĩnh)

A. Create a warm daily base (3 anchors + calm corner)

- **Neo sáng**: *mở rèm – uống nước – chải răng* (bảng ảnh 3 bước).

  Morning anchor: open curtains — drink water — brush teeth (3-step visual chart).

- **Neo trưa**: *bong bóng 5 phút* (lượt–chờ–đổi, 1–2 từ khóa).

  Noon anchor: 5-minute bubble (turn–wait–switch, 1–2 keywords).

- **Neo tối**: *điểm biết ơn + 5 cái ôm* (đếm cùng).

  Evening anchor: gratitude moment + 5 hugs (count together).

- **Góc tĩnh**: thảm mềm, gối ôm, bóng nắn, đồng hồ cát 3 phút.

  Calm corner: soft mat, hugging pillow, sensory ball, 3-minute sand timer.

B. Phiên dịch tín hiệu – gắn nhãn đúng lúc

B. Translate signals — label in the right moment

- Cử chỉ → *từ khóa* (ngắn, nóng, nêu, nhắc).

  Gesture → keyword (short, warm, directive).

- Xua tay → "KHÔNG – mẹ nghe", đếm chờ, đề xuất lựa chọn ("*nghỉ 2 phút hay đổi trò?*").

  Wave hand → "NO — I hear you," count wait, offer choice ("2-minute break or change activity?").

C. Kỷ luật hiền cho chính mình

C. Gentle self-discipline

- Nói chậm 10–20%; giữ câu kết mở ("Mẹ ở đây").

  Speak 10–20% slower; keep sentence endings open ("Mom is here").

- Ghi vi hạt tiến bộ mỗi tối (1–2 dòng).

  Record micro-wins nightly (1–2 lines).

- Xin hỗ trợ cụ thể từ người thân (30 phút/tuần thay ca; in giúp thẻ ảnh; dẫn trẻ đi công viên "giờ yên").

  Ask relatives for specific help (30 minutes/week cover; printing picture cards; taking the child to a quiet-hour park).

Cha mẹ không cần hoàn hảo, chỉ cần đều. Nước ấm lên nửa độ mỗi ngày đủ làm cá bơi xa.

Parents need not be perfect—only consistent. Raise the water half a degree each day and the fish will swim farther.

4. Khi giáo viên trở thành người đồng hành cảm xúc (When teachers become emotional companions)

Lớp học có thể là dòng nước ngược – ồn, gấp, sáng. Giáo viên có thể đổi dòng bằng 5 điều nhỏ - **Class can be a countercurrent—noisy, rushed, bright. Teachers can change the flow with five small shifts:**

(1) Kịch bản 5 phút trước giờ học (The 5-minute pre-class script)

- Báo trước bằng lịch hình 4–5 biểu tượng.

  Preview using a 4–5 icon visual schedule.

- Thở chung 3 vòng (4–4–6).

  Breathe together 3 rounds (4–4–6).

- Giao vai (phát bút, gom vở).

  Assign roles (pass pencils, collect books).

- Tín hiệu bắt đầu thống nhất (chuông nhỏ/tay ra hiệu).

  Unified start signal (small bell/hand cue).

- Cửa ra an toàn: góc tĩnh 3 phút, đồng hồ cát.

  Safe exit: 3-minute calm corner with sand timer.

(2) Điều chỉnh hợp lý (Reasonable adjustments)

- Cho phép đổi tư thế: đứng sau lớp 30 giây/5–7 phút.

  Allow posture changes: stand at the back for 30 seconds every 5–7 minutes.

- Giảm ồn & ánh sáng gắt, ưu tiên tự nhiên.

  Reduce noise & harsh lights; prefer natural light.

- Nhép lời bài giảng bằng từ khóa (bảng từ 5–7 từ).

  Echo lesson with core keywords (5–7 words) on a board.

(3) Ngôn ngữ tôn trọng (Respectful language)

- Từ phán xét → mô tả ("con ra cửa khi chuông reo").

  From judgment → description ("you went to the door when the bell rang").

- Từ mệnh lệnh → lựa chọn ("ngồi ghế hay đứng sau 30 giây?").

  From command → choice ("sit on the chair or stand at the back for 30 seconds?").

- Từ trừng phạt → ranh giới ấm ("không ném—vào góc tĩnh 3 phút—cô ở đây").

  From punishment → warm boundary ("no throwing — calm corner 3 minutes — I am here").

(4) Đo bằng hơi thở, không bằng điểm (Measure by breath, not grades)

- Ghi 3 chỉ số mềm/tuần: lượt chờ, âm đầu đúng lúc, số lần chủ động.

  Track 3 soft indicators/week: turn-waiting, initial sounds, spontaneous initiations.

- Ăn mừng nhỏ mỗi chiều thứ sáu: nhãn dán, 5 phút chơi tự chọn.

  Small Friday celebration: stickers, 5 minutes of free choice play.

(5) Liên lạc "một tin nhắn – một việc" với phụ huynh ("One message — one task" communication with parents)

- Mỗi sáng: *"Hôm nay luyện 'NỮA' trong giờ mĩ thuật."*

  Each morning: *"Today we'll practice MORE in art class."*

- Cuối ngày: *"Con đã 'NỮ' 3 lần, đợi 3 giây 2 lần."*

  End of day: *"Child used MORE 3 times, waited 3 seconds twice."*

Giáo viên không phải chuyên gia trị liệu; giáo viên là người giữ nhịp: nhịp ấm, nhịp rõ, nhịp công bằng.

Teachers aren't therapists; they are keepers of rhythm: warm, clear, fair.

5. Xây dựng cộng đồng "nước ấm" – nơi mỗi tiếng vọng đều được đón nhận (Building a "warm-water" community — where every echo is welcomed)

Ngôn ngữ của một đứa trẻ không chỉ lớn lên ở nhà và lớp; nó lớn lên trong không khí của cộng đồng.

A child's language grows not only at home and in class; it grows in the atmosphere of the community.

Không gian công cộng thân thiện (Child-friendly public spaces)

- Góc yên ở thư viện/siêu thị/quán cà phê (thảm, ghế, ký hiệu "Xin nhẹ tiếng").

  Quiet corners in libraries/supermarkets/cafés (mat, chair, sign "Please keep voices low").

- Khung giờ yên 60–90 phút/tuần (đèn dịu, loa nhỏ, nhân viên được nhắc).

  Quiet hours 60–90 minutes/week (softer lights, lower volume, briefed staff).

- Bảng hướng dẫn 1 trang cho khách & nhân viên: *"Nếu thấy trẻ bịt tai, xin giảm ồn; nếu trẻ lặp động tác, xin đừng chặn tay."*

  One-page guide for visitors & staff: *"If a child covers their ears, please lower sound; if a child repeats movements, please do not restrain them."*

Y tế & dịch vụ (Healthcare & services)

- Giờ hẹn ít ồn, phòng chờ yên cho trẻ nhạy cảm giác.

  Low-noise appointment slots and calm waiting rooms.

- Phiếu thông tin nhanh (1 trang) cha mẹ nộp trước: *từ khóa, tránh điều gì, đồ ưa thích*.

  A one-page rapid info form parents can submit: keywords, what to avoid, favorite items.

- Đào tạo ngắn cho nhân viên tiếp đón (30–45 phút): ngôn ngữ tôn trọng, ranh giới ấm, xử lý khủng hoảng bằng BLK.

  Short reception staff training (30–45 min): respectful language, warm boundaries, BLK crisis handling.

Truyền thông & giáo dục cộng đồng (Public awareness & education)

- Chiến dịch nhỏ: "Nói chậm 10%", "Xin phép trước khi chạm", "Một góc yên cho tất cả".

  Small campaigns: "Speak 10% Slower," "Ask Before Touching," "A Quiet Corner for All."

- Ngày hội "bong bóng giao tiếp" ở trường/khu phố: trò chơi lượt–chờ–đổi, góc làm thẻ ảnh, góc tai nghe thử.

  A "communication bubble" day in schools/neighborhoods: turn–wait–switch games, picture-card booth, headphone trial station.

Kết nối nguồn lực (Connecting resources)

- Nhóm liên minh 3 bên cấp quận/phường: đại diện phụ huynh – trường – trung tâm.

  A district/ward alliance: parent rep — school — center.

- Thư viện thẻ ảnh dùng chung (in A5, nhựa cứng, cho mượn).

  A shared picture-card library (A5 laminated cards for loan).

- Quỹ "điều chỉnh hợp lý" nhỏ (tai nghe, đồng hồ cát, thảm góc tĩnh).

  A small "reasonable adjustment" fund (headphones, sand timers, calm-corner mats).

Cộng đồng ấm là bình gia tốc cho mọi phương pháp. Khi đường phẳng, người yếu bước cũng đi được.

A warm community accelerates every method. When the path is level, even small steps carry far.

Phụ lục thực hành – Bộ "Start Kit Nước ấm" (14 ngày)

Practice appendix — The 14-day "Warm Water" Start Kit

Ngày 1–3: Lập 3 neo gia đình; dọn góc tĩnh.

Days 1–3: set up 3 family anchors; prepare the calm corner.

Ngày 4–6: Tập bong bóng 5 phút (2 lần/ngày), gắn 2 từ khóa (*NỮA, MỞ*).

Days 4–6: practice the 5-minute bubble (2×/day); introduce 2 keywords (MORE, OPEN).

Ngày 7–9: Thống nhất với giáo viên kịch bản 5 phút; in lịch hình 4–5 biểu tượng.

Days 7–9: align with the teacher on the 5-minute script; print a 4–5 icon schedule.

Ngày 10–12: Đưa thẻ 6 từ đầu đời vào lớp & nhà; ghi 3 chỉ số mềm.

Days 10–12: bring six first-functional-word cards into home & class; record 3 soft indicators.

Ngày 13–14: Thử hội nhập nhẹ (công viên/siêu thị giờ vắng 15 phút); tổng kết – ăn mừng – đặt mục tiêu mới.

Days 13–14: try light generalization (park/supermarket during quiet hour, 15 minutes); review — celebrate — set new goals.

Kết chương - Chapter conclusion

"Mô hình Nước ấm" không hứa hẹn phép màu qua đêm. Nó đề nghị một cách sống - **The Warm Water Model makes no promise of overnight miracles. It proposes a way of life:**

- Sống cùng một nhịp giữa nhà – lớp – trị liệu.

  Living with one shared rhythm across home — class — therapy.

- Sống tôn trọng ranh giới và lòng dũng cảm rất nhỏ của trẻ.

  Living with respect for boundaries and the child's very small acts of courage.

- Sống kiên nhẫn với vi hạt – những bước tiến một nửa âm, một cái gật, một ánh mắt dài hơn.

  Living patiently with micro-steps — a half-sound, a nod, a longer gaze.

Khi nước đủ ấm, tiếng vọng trở về. Và khi tiếng vọng trở về, ta hiểu: không phải trẻ học nói theo cách của người lớn, mà là người lớn học nghe theo cách của trẻ – để rồi lời nói tìm được nhà, bình yên như một con cá nhỏ bơi qua mùa xuân.

When the water is warm enough, the echo returns. And when the echo returns, we understand: children do not learn to speak the way adults expect — adults learn to listen the way children speak — and then words find a home, as peacefully as a small fish swimming into spring.

PHẦN IV – LỜI CỦA MẶT NƯỚC: HIỂU ĐỂ YÊU THƯƠNG

PART IV – THE WATER'S VOICE: UNDERSTAND TO LOVE

"Khi nước đủ lặng, ta mới nghe được tiếng của chính mình. Và khi ta hiểu tiếng của mình, ta mới thật sự hiểu người khác."

"When the water is still enough, we can hear our own voice. And when we hear our own voice, we can truly understand another."

Có một ngày, sau nhiều tháng ngồi cạnh những đứa trẻ tự kỷ, tôi nhận ra rằng: điều chúng cần không chỉ là phương pháp, mà là sự thấu hiểu sâu sắc và dịu dàng. Một đứa trẻ chỉ thật sự mở lời khi cảm thấy an toàn trong ánh mắt người lắng nghe. Và người lớn – dù là cha mẹ, thầy cô, hay nhà trị liệu – cũng chỉ có thể trao an toàn khi chính họ được chữa lành khỏi định kiến, khỏi mệt mỏi, khỏi cảm giác tội lỗi rằng "mình đã không đủ tốt."

One day, after many months sitting beside autistic children, I realized that what they need is not only methods, but deep, gentle understanding. A child only truly opens their mouth when they feel safe in the listener's gaze. And adults—whether parents, teachers, or therapists—can only offer safety when they themselves are healed of prejudice, exhaustion, and the guilt of thinking "I was not good enough."

Phần IV này là hành trình đi vào nội tâm của người đồng hành – nơi ta học cách hiểu để yêu thương, thay vì yêu thương mà không hiểu. Bởi tình yêu không có hiểu biết chỉ là cảm xúc bốc hơi; còn hiểu biết không có tình yêu chỉ là lý trí lạnh lùng. Khi hai điều ấy gặp nhau, ngôn ngữ thật sự được sinh ra – không chỉ ở trẻ, mà ở cả những người lớn đang học lại cách nói với thế giới.

Part IV is an inward journey for the companion—the place where we learn to understand in order to love, rather than to love without understanding. Love without understanding evaporates as sentiment; understanding without love becomes a cold intellect. When the two meet, language is born—not only in the child, but in the adults who are relearning how to speak to the world.

Khi mặt nước phản chiếu cả hai phía (When the water reflects both sides)

Những phần trước kể về trẻ – về im lặng, về tiếng vọng, về hành trình hồi đáp. Phần này nói về người lớn – về cha mẹ, thầy cô, cộng đồng – những người nhìn xuống mặt nước và bắt gặp chính mình trong đó.

Earlier parts told stories about the child—about silence, echoes, and the response journey. This part speaks of the adults—parents, teachers, community—those who look down into the water and find themselves reflected there.

Khi ta lắng nghe trẻ, mặt nước phản chiếu lại chính sự kiên nhẫn, tổn thương và khát vọng kết nối của ta. Nhiều người cha, người mẹ, khi ngồi bên con trong trị liệu, đã bật khóc không phải vì con nói được, mà vì họ nhận ra mình cũng đã lâu không được lắng nghe.

When we listen to a child, the water reflects our patience, our hurt, and our longing to connect. Many parents, sitting through therapy beside their child, have cried—not because the child spoke, but because they realized how long it had been since someone really listened to them.

"Hóa ra để dạy con nói, trước hết ta phải học cách im lặng."

"Turns out, to teach a child to speak, first we must learn how to be silent."

Hiểu – bước đầu tiên của yêu thương (Understanding—the first step of love)

Hiểu không phải là biết hết. Hiểu là chấp nhận điều chưa biết mà không hoảng loạn. Hiểu là nhìn vào khác biệt mà không muốn sửa ngay, chỉ muốn ở lại đủ lâu để thấy ý nghĩa của khác biệt ấy.

Understanding is not knowing everything. Understanding is accepting the unknown without panic. It is seeing difference without rushing to fix it; it is staying long enough to discover what that difference means.

Trẻ tự kỷ không cần người thương hại. Chúng cần người đủ bình tĩnh để hiểu rằng - **Autistic children do not need pity. They need people calm enough to understand that:**

- Khi trẻ chạy trốn tiếng ồn, đó là *não đang bảo vệ mình*;

When a child flees noise, the brain is protecting itself;

- Khi trẻ lặp lại một câu phim, đó là *cách giữ nhịp an toàn*;

  When a child repeats a movie line, it is a way to keep a safe rhythm;

- Khi trẻ không nhìn vào mắt, đó không phải là *thiếu tình cảm*, mà là *một cách yêu khác, nhẹ hơn, thận trọng hơn*.

  When a child avoids eye contact, it is not lack of affection, but a different, gentler, more cautious way of loving.

Hiểu là đổi góc nhìn từ "sai" sang "khác", và từ "chữa" sang "đồng hành". Khi đó, yêu thương không còn là ban ơn – mà là cuộc gặp gỡ giữa hai thế giới.

To understand is to shift perspective from "wrong" to "different," and from "cure" to "accompany." Then love is no longer charity—it is a meeting of two worlds.

Ngôn ngữ của lòng nhân ái (The language of compassion)

Ở phần này, ta sẽ cùng nhau đi qua những chương cuối - **In this section we will travel through the final chapters:**

- Những suy tư của cha mẹ, nơi mệt mỏi hóa thành lòng tin;

  The reflections of parents, where fatigue becomes trust;

- Tiếng nói của giáo viên, người học cách dạy bằng ánh mắt;

  The teacher's voice, learning to teach with the eyes;

- Và cả những mảnh nhỏ từ cộng đồng – hàng xóm, bác sĩ, người phục vụ – những người làm nên xã hội biết lắng nghe.

  And the small pieces from community members—neighbors, doctors, service staff—who form a listening society.

Tôi gọi đó là "ngôn ngữ của lòng nhân ái" – thứ ngôn ngữ không cần học qua sách, mà qua cách ta nhìn một đứa trẻ đang cố nói.

I call this "the language of compassion"—a language not learned from books but from how we look at a child trying to speak.

"Ngôn ngữ không chỉ là âm thanh, mà là khoảng lặng giữa hai người dám ở lại với nhau đủ lâu."

"Language is not only sound; it is the quiet between two people who dare to remain together long enough."

Phần IV – **"Lời của mặt nước: Hiểu để yêu thương"** là điểm dừng nhẹ của cả hành trình. Không phải kết thúc, mà là một khoảnh khắc ngẩng lên và soi lại mình trong dòng nước đã đi qua. Để thấy rằng, khi ta học cách hiểu một đứa trẻ khác biệt, ta cũng đang học lại cách nói – cách yêu – và cách làm người.

Part IV—"The Water's Voice: Understand to Love"—is a gentle pause in the journey. Not an ending, but a moment to lift our heads and see ourselves in the waters we have crossed. To realize that when we learn to understand a different child, we are relearning how to speak, how to love, and how to be human.

Chương 7. Khi im lặng hóa thành ánh sáng

Chapter 7. When Silence Turns to Light

"Ánh sáng không xóa bóng tối; nó làm hiện ra những gì vốn có."

"Light does not erase the dark; it reveals what was already there."

1. Sự chuyển hóa từ nghiên cứu sang nhận thức xã hội (From research to social awareness)

Nghiên cứu cho ta con số, đồ thị, kiểm định; xã hội cần câu chuyện, hình ảnh, bước làm cụ thể. Sự chuyển hóa xảy ra khi dữ liệu được dịch thành hành động hằng ngày -

Research gives us numbers, charts, tests; society needs stories, images, and doable steps. Transformation happens when data is translated into daily action:

- Từ "giảm quá tải cảm giác" → siêu thị tổ chức giờ yên mỗi tuần; lớp học bớt loa, thay đèn gắt bằng ánh sáng dịu.

  From "reduce sensory overload" → supermarkets schedule weekly quiet hours; classrooms turn off loudspeakers and replace harsh lights with softer ones.

- Từ "độ trễ xử lý ngôn ngữ" → giáo viên nói chậm 10–20%, đếm chờ 3–7 nhịp trước khi lặp câu hỏi.

  From "processing delay" → teachers speak 10–20% more slowly and count-wait 3–7 beats before repeating a question.

- Từ "ngôn ngữ chức năng" → gia đình dùng 5–7 từ khóa (MỞ, NỮA, KHÔNG, ĐI, CÔ ƠI, DỪNG, XONG) trong mọi bối cảnh.

  From "functional language" → families use 5–7 keywords (OPEN, MORE, NO, GO, TEACHER, STOP, DONE) across contexts.

- Từ "hội nhập" → trường phân công vai nhỏ dễ thắng: rung chuông, phát bút, dán nhãn, để mỗi trẻ có chỗ đứng.

  From "inclusion" → schools assign easy-win roles: ring the bell, hand out pencils, label materials—so every child has a place.

Khi kiến thức rời khỏi "phòng lab" để đi vào căn bếp, lớp học và quầy thanh toán, nhận thức xã hội tăng lên theo cách thấy được – làm được – lặp lại được. Im lặng của sự không hiểu dần phai, nhường chỗ cho ánh sáng của những thói quen tử tế.

When knowledge leaves the lab and enters the kitchen, the classroom, and the checkout counter, social awareness rises in ways that are visible, repeatable, and do-able. The silence born of not understanding fades; the light of kindly routines grows.

2. Những "ngôn ngữ khác" trong thế giới của trẻ tự kỷ (The "other languages" in an autistic child's world)

Ngôn ngữ không chỉ là tiếng Việt nói – viết. Trong thế giới của trẻ tự kỷ có nhiều "thứ tiếng" song hành - **Language is not only spoken or written Vietnamese. In an autistic child's world many parallel "languages" run alongside:**

- **Tiếng của bàn tay:** kéo, đẩy, đặt – *muốn/không muốn/cần giúp*.

  The language of hands: pulling, pushing, placing—want/don't want/need help.

- **Tiếng của mắt:** lướt – dừng – quay lại – *muốn chia sẻ cùng nhìn*.

  The language of eyes: scanning—pausing—returning—wanting to share a gaze.

- **Tiếng của nhịp:** lắc, gõ, dậm – *tự ổn định thần kinh*.

  The language of rhythm: rocking, tapping, stamping—self-regulatory patterns.

- **Tiếng của da:** chạm – siết – rúc – *xin được an toàn*.

  The language of skin: touch—squeeze—nestle—seeking safety.

- **Tiếng của trật tự:** xếp thẳng, phân loại màu – *xịn thế giới dễ đoán*.

  The language of order: lining up, sorting by color—asking for a predictable world.

Khi người lớn học tiếng của trẻ, trẻ mới muốn học tiếng của người lớn. Quy tắc vàng: *đọc tín hiệu → gắn nhãn ngắn → mở khóa hành động ngay.* Một ngón tay chạm thẻ MỞ, một âm "m—" đúng lúc, một cái gật thay cho "vâng" – đều là lời nói, chỉ khác cửa.

When adults learn the child's languages, the child wants to learn ours. Golden rule: read the cue → label briefly → unlock the action immediately. A finger touching an OPEN card, an on-time "m—" initial sound, a nod that stands for "yes"—all are speech, different doors to the same house.

3. Từ phòng trị liệu đến lớp học, từ số liệu đến câu chuyện thật (From clinic to classroom, from statistics to real stories)

Trong trị liệu, ta đo lượt – nhịp – âm đầu – thời lượng ở lại; ngoài đời, trẻ cần bạn – vai – lối ra an toàn. Cầu nối giữa hai thế giới là kịch bản nhỏ nhưng lặp được - **In therapy we measure turns, rhythms, initial sounds, time-on-task; in life, the child needs a helper, a role, and a safe exit. The bridge between the two worlds is a small, repeatable script:**

- **Ở lớp:** 5 phút trước giờ học *Báo trước (lịch hình) → Thở 3 vòng (4–4–6) → Giao vai → Tín hiệu bắt đầu → Cửa ra an toàn (góc tĩnh 3 phút).*

  In class: ***5 minutes before lessons — Preview (visual schedule) → Three breaths (4–4–6) → Assign roles → Start signal → Safe exit (3-minute calm corner).***

- **Ở nhà:** 3 neo sinh hoạt *Sáng: mở rèm–uống nước–chải răng; Trưa: bong bóng 5 phút (lượt–chờ–đổi); Tối: 1 điều biết ơn + 5 cái ôm đếm cùng.*

  At home: ***three daily anchors — Morning: open curtains–drink water–brush teeth; Noon: 5-minute bubble (turn–wait–switch); Night: one gratitude + five counted hugs.***

Số liệu trở nên sống động khi đi kèm câu chuyện thật - **Data becomes alive when paired with real stories:**

- *"Tần suất 'âm đầu đúng lúc' tăng gấp đôi"* ↔ chiều thứ sáu bé gọi "mẹ" lần đầu, cả nhà ăn cơm muộn để nghe lại thêm hai lần.

  "Initial consonants doubled" ↔ on Friday the child said "mẹ" (mom) for the first time; family stayed late at dinner to hear it two more times.

- *"Thời lượng ở lại hoạt động +50%"* ↔ cô giáo kể: "Hôm nay con đợi tới lượt bốc thăm, rồi giơ tay xin thêm."

  "Time on task +50%" ↔ teacher: "Today she waited for her turn to draw and then raised her hand to ask for more."

Chính những câu chuyện ấy thuyết phục xã hội mạnh hơn mọi biểu đồ – vì chúng chạm vào đời sống.

Those stories persuade society more than any graph—they touch everyday life.

4. Tình yêu như công cụ trị liệu tự nhiên nhất (Love as the most natural therapeutic tool)

Tình yêu không thay thế phương pháp, nhưng là nhiên liệu cho mọi phương pháp.
Một buổi can thiệp có kỹ thuật mà thiếu ấm áp sẽ cạn nhanh; một buổi đầy ấm áp mà vô khuôn sẽ trôi tuột. Điểm gặp nhau nằm ở lòng nhân ái có kỷ luật - **Love does not replace method, but it fuels every method. A technically perfect session without warmth dries out quickly; a warm session without structure drifts. The meeting point is compassion with discipline:**

- **Xin phép trước khi chạm:** "Mẹ sờ tay con nhé?" → chạm 3 giây → "Xong rồi, cảm ơn con."

  Ask before touching: "May I touch your hand?" → three-second touch → "All done, thank you."

- **Nói chậm – câu ngắn – mắt ấm:** 4–6 từ, nhịp đều, mỉm cười vừa đủ.

  Speak slowly—short sentences—warm eyes: 4–6 words, steady rhythm, a small smile.

- **Ăn mừng vi hạt:** một âm đúng lúc, một dấu phẩy ánh mắt, một lần đợi 3 giây – *đều đáng ghi nhận*.

  Celebrate micro-wins: one timely sound, a glance, waiting three beats—all worth noting.

- **Ranh giới ấm:** "Không ném. Con vào góc tĩnh 3 phút. Mẹ ở đây."

  Warm boundaries: "No throwing. Calm the corner for 3 minutes. I am here."

Tình yêu hữu ích không ồn; nó kiên nhẫn. Nó biến "mỗi ngày thêm nửa độ ấm" thành mùa xuân dài cho ngôn ngữ.

Useful love is not loud; it is patient. It turns "half a degree warmer each day" into an enduring spring for language.

5. Mỗi đứa trẻ là một thế giới – chỉ cần ta biết cách nghe (Each child is a world—if only we learn to listen)

Không có một lộ trình chung cho tất cả. Có một thái độ chung cho mọi hành trình - **There is no single route for all. There is, however, an attitude for every journey:**

1. **Khiêm nhường:** *tôi có thể chưa hiểu – và điều ấy ổn, miễn là tôi ở lại đủ lâu để hiểu hơn hôm qua*.

   Humility: I may not understand yet—and that's okay if I stay long enough to understand more tomorrow.

2. **Rõ ràng:** *nói gì – làm gì – khi nào bắt đầu – khi nào kết thúc*.

   Clarity: say what you will do—what you will do—when it starts—when it ends.

3. **Đều đặn:** *ít nhưng ngày nào cũng có*.

   Consistency: small, daily practices.

4. **Tôn trọng ranh giới:** *xin phép trước khi chạm, cho quyền chọn, chấp nhận "không"*.

   Respect for boundaries: ask before touching, offer choices, accept "no."

5. **Đo bằng hơi thở:** *lượt chờ – âm đầu – số lần chủ động*, không chỉ điểm số.

   Measure by breath: turn-wait—initial sound—initiations, not only scores.

Mỗi đứa trẻ là một bản đồ sao riêng. Việc của ta không phải vẽ lại bầu trời, mà là học đọc chòm sao ấy – để dẫn đường trong đêm. Đến khi bình minh lên, ta nhận ra: im lặng không còn đáng sợ; nó đã hóa thành ánh sáng chỉ đường, cho trẻ – và cho cả người lớn – tìm về với tiếng nói của chính mình.

Each child is their own star map. Our job is not to redraw the sky but to learn to read those constellations—to guide them through the night. At dawn we realize: silence is no longer frightening; it has become the light that points the way—for the child and for the adult—to their own voice.

Kết chương – Chapter conclusion

Khi ta nhìn im lặng như vùng nước đang ươm mầm, và đối xử với khác biệt như một ngôn ngữ cần học, xã hội sẽ bớt tiếng thở dài, nhiều hơn những cái gật đầu đúng lúc. Ánh sáng không đến từ đâu khác – nó bật lên từ thái độ của mỗi người: chậm lại một nhịp, nói ít một chút, lắng nghe nhiều hơn, và luôn nhớ xin phép trước khi chạm. Từ đó, tiếng vọng của mỗi đứa trẻ sẽ có đường về, rõ và ấm, như tiếng nước chảy qua một khu vườn vừa được mùa.

If we treat silence as a stretch of water where seeds form, and regard difference as a language worth learning, society will sigh less and nod more at the right time. Light does not come from elsewhere—it rises from each person's attitude: slow down a beat, speak a little less, listen more, and always ask permission before touching. From there, every child's echo will find its way back—clear and warm—like water flowing through a garden at harvest.

LỜI TỔNG KẾT – DƯỚI MẶT NƯỚC, CHÚNG TA GẶP NHAU

CLOSING REMARKS — BENEATH THE WATER, WE MEET

*Tác giả - **Author**: BS. Nguyễn Đông Hưng*

"Một dòng sông không cất tiếng nói, nhưng nó biết dẫn đường. Lời của trẻ cũng vậy: không ồn ào, mà bền bỉ tìm lối về."

"A river does not speak, yet it knows the way. So it is with a child's voice: not loud, but patiently finding its way home."

Tôi khép lại cuốn sách này như khép lại một ngày dài ở phòng trị liệu: tắt bớt đèn, mở cửa sổ, để gió đi qua, và lắng nghe căn phòng thở. Những gì anh/chị vừa đọc không phải chỉ là những chương sách; đó là những buổi gặp gỡ thật – giữa trẻ và người lớn, giữa phương pháp và trái tim, giữa dữ liệu và đời sống. Tôi viết "Tiếng vọng dưới nước" ở ngôi thứ nhất không vì muốn trung tâm hóa câu chuyện vào một người làm nghề, mà vì tin rằng khoa học chỉ sống khi nó đi qua kinh nghiệm người, và kinh nghiệm ấy cần một giọng nói chịu trách nhiệm.

I close this book as one closes a long day in the therapy room: dim the lights, open the window, let the breeze pass through, and listen to the room breathe. What you have just read is not only chapters on a page; these are real meetings—between child and adult, between method and heart, between data and life. I write *Echoes Under Water* in the first person not to center the story on a practitioner, but because I believe science only lives when it moves through human experience—and that experience needs a voice willing to take responsibility.

Tôi xin dành lời tổng kết này để nhìn lại bốn điều: **(1) điều chúng ta đã thấy; (2) điều chúng ta đã làm; (3) điều chúng ta còn mắc kẹt; (4) điều chúng ta có thể cùng nhau làm tiếp.** Xen giữa là những lời gửi riêng cho **phụ huynh, giáo viên, đồng nghiệp trị liệu và cộng đồng** – những "người giữ nước ấm" mà tôi biết ơn.

I use this closing note to look back on four things: (1) what we have seen; (2) what we have done; (3) where we remain stuck; (4) what we can do together next. Interwoven are short messages to parents, teachers, therapy colleagues, and the community—the "keepers of warm water" to whom I am grateful.

1. Điều chúng ta đã thấy: im lặng có nghĩa, tiếng méo có hướng (What we have seen: silence has meaning, distorted sounds have direction)

Những chương đầu của sách cố gắng đặt lại một nền tri kiến: im lặng không phải khoảng trống, mà là một dạng ngôn ngữ chờ được giải mã. Echolalia – ngôn ngữ nhại – không phải "lắp bắp vô nghĩa", mà là chiếc cầu tạm để não bộ nối âm thanh với ý nghĩa. Ngữ pháp đứt đoạn, ngữ điệu phẳng, từ thiếu "hơi người" – tất cả không nói rằng trẻ "không có năng lực", mà báo hiệu môi trường chưa tương hợp.

The early chapters attempt to reset our epistemic ground: silence is not an absence but a language waiting to be decoded. Echolalia is not meaningless stammering; it is a temporary bridge that links sound to meaning. Fragmented grammar, flattened intonation, words lacking human breath—these do not declare a child "without ability" but signal an environment that does not fit.

Tôi muốn giữ lại ở đây một câu duy nhất: "Không có đứa trẻ nào không có ngôn ngữ; chỉ có người lớn chưa học ngôn ngữ của trẻ." Khi người lớn học nghe bằng mắt, bằng da, bằng nhịp thở – không chỉ bằng tải – chúng ta thấy những bong bóng giao tiếp nổi lên từ một vùng nước tưởng như bất động. Một cái chạm để nói "con thương mẹ", một cái xua tay để bảo vệ ranh giới, một âm "m—" bật ra đúng khoảnh khắc: đó là lời.

I want to leave one sentence here: "No child lacks language; only adults have yet to learn the child's language." When adults learn to listen with eyes, with skin, with rhythm—not only with ears—we see communication bubbles rising from waters that seemed still. A touch that says "I love you," a hand wave to protect a boundary, an on-time "m—" syllable: these are words.

2. Điều chúng ta đã làm: khơi một mô hình "Nước ấm" (What we have done: sparked a "Warm Water" model)

Từ dữ liệu thực địa, từ 110 trẻ được theo dõi và hàng trăm phiên trị liệu, chúng tôi đề xuất khung "Nước ấm" – tích hợp Gia đình – Trung tâm – Trường học, vận hành bằng ba thống nhất: nhịp – từ khóa – nghi thức. Khung can thiệp đi qua 5 giai đoạn: *Quan sát → Phản hồi → Mô phỏng → Giao tiếp có chủ đích → Hội nhập*. Mọi tiến bộ đều được đo bằng chỉ số mềm: lượt chờ, âm đầu đúng lúc, số lần chủ động, thời gian ở lại hoạt động; và được ăn mừng đúng liều.

From field data—110 children followed, hundreds of therapy sessions—we proposed the *Warm Water* framework: integrate Family–Center–School, operated by three units: rhythm–keywords–ritual. The intervention passes five stages: *Observe* → *Respond* → *Model* → *Intentional Communication* → *Generalization*. Progress is measured by soft indicators: wait-turns, correctly timed initials, spontaneous initiations, time-on-task; and celebrated in proper doses.

Điểm cốt lõi không nằm ở một kỹ thuật duy nhất. Chúng ta kết hợp - **The core is not a single technique. We combine:**

- **DIR/Floortime** để thắp kết nối và niềm vui chung,

  DIR/Floortime to kindle connection and shared joy,

- **PECS** để trao "cầu nói" cụ thể ở giai đoạn đầu,

  PECS to provide an early, concrete communication bridge,

- **ABA** để chia nhỏ mục tiêu, củng cố kịp thời, giữ nhịp tiến độ.

  ABA to break targets down, reinforce promptly, and keep pace.

Nhưng dầu nào giúp động cơ chạy êm? Đó là lòng nhân ái có kỷ luật: nói chậm 10–20%, câu ngắn 4–6 từ, đếm chờ 3–7 nhịp, xin phép trước khi chạm, đặt ranh giới ấm, và kết thúc mỗi phiên bằng 10 giây yên để não "đóng tệp".

But what keeps the engine running smoothly? Compassion with discipline: speak 10–20% slower, use 4–6 word sentences, count-wait 3–7 beats, ask permission before touch, set warm boundaries, and end each session with 10 seconds of calm for the brain to "close the file."

Tôi nhấn mạnh thêm một điều tưởng nhỏ mà quyết định: thống nhất từ khóa (*MỞ, NỮA, KHÔNG, ĐI, CÔ ƠI, DỪNG, XONG*) trên mọi môi trường. Khi nhà – lớp – trị liệu cùng nói một thứ tiếng, đường xuất của lời bớt sỏi đá.

I emphasize one seemingly small but decisive thing: unify keywords (OPEN, MORE, NO, GO, TEACHER, STOP, DONE) across environments. When home–class–therapy speaks the same language, the path for words is far less rocky.

3. Điều chúng ta còn mắc kẹt: rào cản vô hình và nỗi cô đơn có cấu trúc (Where we remain stuck: invisible barriers and structural loneliness)

Chúng ta đã ghi nhận tiến bộ của ~70% trẻ sau 6 tháng can thiệp có hệ thống. 30% còn lại là bài học về khiêm nhường: có những hành trình cần nhiều thời gian hơn, nhiều chỉnh sửa cảm giác hơn, nhiều đổi nhịp hơn. Và có những rào cản không nằm ở trẻ, mà ở hệ sinh thái - **We recorded improvement in ~70% of children after six months of systematic intervention. The remaining 30% teach humility: some journeys need more time, more sensory adjustments, more rhythm changes. And some barriers do not sit in the child but in the ecosystem:**

- Trong lớp học: sĩ số đông, ánh sáng gắt, âm thanh dư, quy tắc "một cỡ cho tất cả".

  In classrooms: high student numbers, harsh lighting, excessive sound, "one-size-fits-all" rules.

- Trong dịch vụ: danh sách chờ dài, thiếu khung "điều chỉnh hợp lý" giá rẻ mà hiệu quả (góc tĩnh, đồng hồ cát, thẻ ảnh, tai nghe).

  In services: long waiting lists, lack of cheap, effective "reasonable adjustments" (calm corners, sand timers, picture cards, headphones).

- Trong diễn ngôn xã hội: nhãn "bướng – vô lễ – lười biếng" thay cho "quá tải – bảo vệ ranh giới – chưa có lối vào".

  In public discourse: labels—"stubborn, rude, lazy"—instead of "overloaded, protecting a boundary, lacking an entry."

- Trong gia đình: kiệt sức và tội lỗi tích tụ theo năm tháng.

  In families: exhaustion and accumulated guilt.

Những thứ này không biến mất bằng lời khuyên. Chúng cần thiết kế lại trải nghiệm: một nghi thức 5 phút trước tiết học, một góc yên ở siêu thị, một khung giờ ít ồn ở bệnh viện, một nhóm phụ huynh 3–5 người đổi ca cho nhau. Mọi thay đổi bền vững đều nhỏ – đều – có người chịu trách nhiệm.

These do not vanish with advice. They require redesigning experiences: a five-minute pre-class ritual, a quiet corner at the supermarket, a low-noise appointment block at the clinic, parent groups of 3–5 families covering each other's shifts. Sustainable change is small, consistent, and carried by someone responsible.

4. Điều chúng ta có thể cùng nhau làm tiếp: từ tiếng vọng đến tiếng nói chung (What we can do together next: from echoes to a shared voice)

Với phụ huynh: Xin anh/chị đừng đo tình yêu bằng số giờ kèm bài. Hãy đo bằng nhiệt độ của căn nhà và nếp đều mỗi ngày: ba "neo" sáng–trưa–tối, "bong bóng 5 phút", sổ tay vi hạt. Khi con bật "m—" đúng lúc, xin đừng đòi "nói tròn từ" ngay; hãy mở khóa hành động để não học quy luật: *âm thanh của con có sức mạnh*. Và khi con xua tay, hãy nói: "Không – mẹ nghe", rồi cho con hai lựa chọn. Ngày hôm sau, con sẽ quay lại nhanh hơn.

To parents: Please do not measure love by hours spent drilling. Measure it by the household's temperature and daily rhythm: three anchors (morning–noon–evening), a five-minute "bubble," a micro-wins notebook. When your child utters an on-time "m—," don't demand a perfectly formed word; unlock the action so the brain learns the rule: your sound can change the world. When your child waves a hand, say, "No—I hear you," and offer two choices. Tomorrow they will return sooner.

Với giáo viên: Cô/thầy không phải nhà trị liệu, và cũng không cần trở thành nhà trị liệu. Cô/thầy là người giữ nhịp. Xin giữ giúp ba điều: (1) kịch bản 5 phút trước giờ học; (2) điều chỉnh hợp lý (được đứng sau lớp 30 giây/5–7 phút, giảm ồn, lịch hình 4–5 bước); (3) ngôn ngữ tôn trọng (từ phán xét → mô tả; mệnh lệnh → lựa chọn; trừng phạt → ranh giới ấm). Khi nhịp lớp ấm, các em khác cũng được lợi.

To teachers: You are not—and need not become—a therapist. You are the keeper of rhythm. Please hold three things: (1) a five-minute pre-class script; (2) reasonable adjustments (allow standing at the back 30 seconds every 5–7 minutes, reduce noise, use a 4–5 step visual schedule); (3) respectful language (from judgment → description; command → choice; punishment → warm boundary). When the classroom's rhythm is warm, all students benefit.

Với đồng nghiệp trị liệu: Xin đừng chọn phe giữa ABA – PECS – Floortime. Hãy chọn đứa trẻ. Mỗi em mang theo một "áp suất trong" khác nhau; pha phương pháp là nghệ thuật. Hãy đo tiến bộ bằng chỉ số mềm và chất lượng hiện diện. Mắt sáng lên? Chủ động kéo tay "cô ơi"? Dám nói "không" rõ ràng? – đó là hiệu quả. Và xin chăm người chăm: phòng kiệt sức nghề nghiệp là một phần đạo đức trị liệu.

To therapy colleagues: Don't pick sides—ABA vs PECS vs Floortime. Choose the child. Each carries different internal pressure; blending methods is an art. Measure progress with soft indicators and the quality of presence. Eyes lighting up? The child actively pulls your hand and says "teacher"? Saying "no" clearly? Those are the outcomes. And care for the carer: burnout management is part of ethical practice.

Với cộng đồng và nhà quản lý: Hòa nhập không phải "cho ở lại lớp", mà là thiết kế để có thể học. Những can thiệp rẻ mà mạnh: góc tĩnh, thẻ ảnh, đồng hồ cát, tai nghe, kịch bản 5 phút – đều có thể chuẩn hóa thành bộ công cụ cơ sở cho trường/cơ sở y tế. Xin dành một khung giờ yên mỗi tuần ở siêu thị, thư viện; và hãy treo một tấm biển nhỏ: "Xin nhẹ tiếng". Đó không chỉ vì trẻ tự kỷ. Đó là văn hóa dịu của một thành phố đáng sống.

To communities and policymakers: Inclusion is not "letting children stay in class"; it is designing for learning. Cheap but powerful interventions—calm corners, picture cards, sand timers, headphones, five-minute scripts—can be standardized as basic toolkits for schools and health centers. Dedicate a weekly quiet hour in supermarkets and libraries; hang a small sign: "Please lower your voice." This benefits more than autistic children—it is the gentle culture of a livable city.

5. Một khung đạo đức giản dị cho người lớn (A simple ethical framework for adults)

Làm việc với trẻ tự kỷ buộc tôi học lại hai chữ tôn trọng - **Working with autistic children taught me to relearn two forms of respect:**

1. **Tôn trọng ranh giới thân thể:** luôn xin phép trước khi chạm; chấp nhận "không"; không ép nhìn mắt trực diện.

   Respect for bodily boundaries: always ask before touching; accept "no"; do not force direct eye contact.

2. **Tôn trọng nhịp thần kinh:** nói chậm; cho quyền đợi; cho quyền rút lui một lúc; giữ yên 10 giây ở cuối phiên.

   Respect for neural rhythm: speak slowly; grant waiting; allow withdrawal; hold ten seconds of calm at session end.

3. **Tôn trọng quyền được có tiếng nói riêng:** dù là bằng thẻ, bằng cử chỉ, bằng một âm đầu, hay bằng cách… im lặng đúng chỗ.

   Respect for the right to a voice: whether by card, by gesture, by an initial syllable, or by the choice to be silent.

Đứa trẻ không phải dự án để chúng ta chứng minh nghề của mình, hay "truyền cảm hứng" cho ai đó trên mạng xã hội. Trẻ là người. Khi ta xem trẻ là người, mọi phương pháp tự biết đứng vào chỗ của mình.

A child is not a project to prove our profession or to "inspire" social media viewers. A child is a person. When we see the child as a person, every method finds its rightful place.

6. Tại sao tôi chọn ẩn dụ "nước" (Why I chose the "water" metaphor)

Vì nước không đẩy – nước nâng. Vì nước mềm, nhưng bào mòn đá bằng sự kiên nhẫn. Vì nước chảy khắp nơi, kết nối nhà – lớp – phòng trị liệu – siêu thị – bệnh viện – công viên, như cách một đứa trẻ cần cả hệ sinh thái mới có thể lớn lên an lành.

Because water does not push—it lifts. Because water is soft yet erodes stone with patience. Because water flows everywhere, connecting home–class–therapy supermarket–clinic–park, just as a child needs an ecosystem to grow safely.

Trong nước, âm thanh đi theo cách khác. Tiếng nói của trẻ tự kỷ cũng vậy. Khi ta chấp nhận đổi tại thành mắt, đổi tốc độ thành nhịp, đổi phán xét thành tò mò, tiếng vọng trở lại. Và khi tiếng vọng trở lại, thế giới biết đã có ai đó nghe mình đúng nhịp.

Underwater, sound behaves differently. So too does the voice of the autistic child. When we exchange ears for eyes, speed for rhythm, judgment for curiosity, the echo returns. And when it returns, the world knows someone has heard it in tune.

7. Những giới hạn của cuốn sách – và cách đi tiếp (Limits of this book—and the way forward)

Cuốn sách này không thể bao trùm mọi biến thể của phổ tự kỷ, không đại diện cho mọi điều kiện vùng miền, không thay thế quyết định lâm sàng cá nhân hóa. Dữ liệu nêu trong sách nhấn mạnh xu hướng và khung thực hành, không phải lời hứa chắc chắn cho từng trường hợp. Tôi lựa chọn đứng giữa khoa học và nhân ái: dữ liệu dẫn đường, nhưng thái độ quyết định chất lượng hành trình.

This book cannot cover every variation of the autism spectrum, does not represent every regional condition, and cannot replace personalized clinical decisions. The data highlight trends and a practical framework, not guarantees for each case. I stand between science and compassion: data guide us, but attitude determines the journey's quality.

Đi tiếp, tôi mong có thêm - **Going forward, I hope for:**

- Nghiên cứu đa trung tâm với cỡ mẫu lớn hơn, theo dõi dọc nhiều năm, tích hợp đo lường thần kinh – hành vi – chất lượng sống.

  Multicenter research with larger samples, long-term follow-up, integrating neuro–behavioral–quality-of-life measures.

- Khung bồi dưỡng giáo viên 12–16 giờ về giao tiếp phi lời và điều chỉnh hợp lý, để mỗi trường có ít nhất một "người giữ nhịp".

  A 12–16 hour teacher upskilling module on nonverbal communication and reasonable adjustments so every school has at least one "keeper of rhythm."

- Chuẩn hoá bộ công cụ "Nước ấm cơ bản" cấp sở/địa phương: thẻ ảnh, đồng hồ cát, hướng dẫn kịch bản 5 phút, mẫu góc tĩnh, tài liệu 1 trang cho phụ huynh.

  Standardization of a basic "Warm Water" toolkit at local level: picture cards, sand timers, a five-minute script guide, calm-corner templates, and a one-page parent guide.

8. Năm cam kết nhỏ – để biến sách thành đời sống (Five small pledges—to turn the book into life)

1. **Nói chậm 10%.** Bắt đầu từ hôm nay.

   Speak 10% slower. Start today.

2. **Xin phép trước khi chạm.** Mọi lần.

   Ask permission before touching. Every time.

3. **Ba "neo" mỗi ngày.** Sáng – Trưa – Tối, đều đặn.

   Three daily anchors. Morning – Noon – Night, consistently.

4. **Một "bong bóng 5 phút"** – giao tiếp ngắn, vui, có nhịp.

   One five-minute "communication bubble" — short, playful, rhythmic.

5. **Ghi một vi hạt** tiến bộ mỗi tối. Không để ngày nào trôi qua "không có gì".

   Write one micro-win each night. Don't let a day pass as "nothing."

Nếu một thành phố có 1.000 gia đình làm 5 điều này suốt 3 tháng, áp suất xã hội sẽ đổi. Chúng ta sẽ có một mùa nước ấm.

If 1,000 families in a city keep these five practices for three months, social pressure will shift. We will have a season of warm water.

9. Lời cảm ơn và một lời xin lỗi (Thanks—and an apology)

Tôi biết ơn các bậc cha mẹ đã dạy tôi biết ở lại – ở lại trong mệt mỏi, ở lại trong chậm chạp, ở lại trong hy vọng. Tôi biết ơn các cô thầy giáo đã chọn giữ nhịp trong lớp học nhiều áp lực. Tôi biết ơn đồng nghiệp đã tranh luận tử tế để phương pháp không trượt khỏi con người. Và tôi biết ơn các em nhỏ – những người thầy im lặng của tôi.

I am grateful to parents who taught me to stay—stay in exhaustion, stay slow, stay hopeful. I thank teachers who chose to keep rhythm in pressured classrooms. I thank colleagues for arguing kindly so methods do not lose their humanity. And I thank the children—the silent teachers.

Tôi cũng xin lỗi vì có những buổi tôi đã vội, đã nói nhanh hơn 10%, đã chen vào một khoảng lặng đáng lẽ thuộc về các con. Xin cho tôi cơ hội làm lại vào buổi sau.

I also apologize for sessions when I rushed, spoke faster than 10%, or interrupted a silence that belonged to a child. Please allow me the chance to make it right the next session.

10. Kết – Khi chúng ta học nói với nhau (Closing — When we learn to speak with one another)

Cuốn sách bắt đầu bằng mặt nước im lặng và kết lại bằng mặt nước phản chiếu. Trẻ cần người lớn để học nói; người lớn cũng cần trẻ để học lắng nghe. Đó là giao ước đẹp nhất của chữa lành: không ai đứng trên ai, không ai "cứu" ai; chúng ta đồng hành, mỗi ngày nâng nước nửa độ.

This book began with still water and ends with reflective water. Children need adults to learn to speak; adults need children to relearn listening. That is the most beautiful covenant of healing: no one stands above another, no one "saves" another; we walk together, raising the water half a degree at a time.

Một hôm, giữa căn phòng ít ồn, đứa trẻ ngẩng lên: "Mẹ." Chỉ một chữ. Nhưng kết nối thuộc về hai người. Căn phòng im đi, như một khúc hát đã tìm đúng tông.

One day, in a quieter room, a child looks up: "Mom." One word. But the connection belongs to both. The room falls still, like a song finding its true key.

Tôi mong khi anh/chị gấp sách lại, sẽ mang theo 5 từ khóa: *MỞ – NỮA – KHÔNG – ĐI – CÔ ƠI*. Hãy dùng chúng như những viên đá lát cầu. Rồi một ngày, chính anh/chị sẽ kể cho tôi nghe: tiếng vọng đã trở về nhà thế nào.

When you close this book, take with you five keywords: OPEN – MORE – NO – GO – TEACHER. Use them like stepping stones across a stream. One day, you will tell me how the echoes found their way back home.

Xin cảm ơn vì đã lặn cùng tôi suốt hành trình này. Nếu có thể, chúng ta tiếp tục bơi – chậm, ấm, và đủ lâu – để mỗi đứa trẻ là một thế giới đều có cơ hội phát sáng theo cách của mình.

Thank you for diving with me on this journey. If possible, let us keep swimming—slowly, warmly, long enough—so every child, each a world unto themself, has the chance to shine in their own way.

“Nước không hỏi vì sao đá cứng. Nước chỉ đi, rồi một ngày đá tròn.”

"Water does not ask why a stone is hard. Water simply moves on, and one day the stone is round."

PHỤ LỤC (APPENDICES)

Phụ lục 1: Bảng số liệu thống kê rối loạn giao tiếp (110 trẻ khảo sát)

Appendix 1: Statistical Dataset on Communication Disorders (Survey of 110 Children)

1.1. Biến số cốt lõi (định nghĩa ngắn) - Core Variables (brief definitions)

- **Mã trẻ** (VN001–VN110), **Giới** (M/F), **Tuổi (tháng)**, **Nhóm tuổi** (5–7 / 8–10 / 11–15), **Mức độ chẩn đoán** (nhẹ/trung bình/nặng), **Bệnh kèm theo** (Y/N), **Ngôn ngữ chính**.

  Child code (VN001–VN110), Gender (M/F), Age (months), Age group (5–7 / 8–10 / 11–15), Diagnostic level (mild/moderate/severe), Comorbidity (Y/N), Primary language.

- **Can thiệp tại T0**: giờ/tuần ABA, PECS (Y/N), Floortime (giờ/tuần), hòa nhập trường học (Y/N), số buổi trị liệu/tuần.

  Interventions at T0: ABA hours/week; PECS (Y/N); Floortime hours/week; school inclusion (Y/N); number of therapy sessions/week.

- **Chỉ số cơ sở (T0)**: Tần suất nhại lời/10 phút, Số lượng từ chức năng, TB nhìn mắt (giây), Lượt đợi ≥3s, % lỗi ngữ âm, % lỗi cú pháp, Điểm đơn điệu ngữ điệu (0–10), Điểm ngữ dụng (0–10), Thời gian bám hoạt động (phút/20 phút).

  Baseline indices (T0): Echolalia frequency per 10 minutes; number of functional words; average eye contact (seconds); wait turns ≥3 seconds; % phonological errors; % syntactic errors; prosody monotony score (0–10); pragmatics score (0–10); activity-engagement duration (minutes/20 minutes).

- **Chỉ số sau 6 tháng (T1)**: các biến tương tự để tính **mức cải thiện/giảm lỗi**.

  Indices after 6 months (T1): Same variables for improvement/error-reduction calculation.

- **Tiêu chí "cải thiện lâm sàng"**: đạt **≥2** trong các điều kiện: +≥2 từ chức năng; +≥0,5s nhìn mắt; +≥1 lượt đợi; −≥10% lỗi ngữ âm/cú pháp; +≥1 điểm ngữ dụng; +≥5 phút bám hoạt động.

  Criteria for "clinical improvement": Achieving ≥2 of the following: +≥2 functional words; +≥0.5s eye contact; +≥1 wait turn; −≥10% phonological/syntactic errors; +≥1 pragmatics point; +≥5 minutes engagement.

1.2. Mẫu bảng tổng hợp (trích 3 dòng minh hoạ) - Sample Summary Table (three illustrative rows)

Mã	Giới	Tuổi (th)	Nhóm	Mức độ	ABA (h/tuần)	PECS	Floor time (h/tuần)	Hòa nhập	T0 từ CN	T1 từ CN	T0 mắt (s)	T1 mắt (s)	T0 ngữ âm %	T1 ngữ âm %	Cải thiện LS
VN001	M	72	5–7	TB	6	Y	2	Y	1	5	1.5	3.0	48	32	Y
VN002	F	96	8–10	Nhẹ	4	Y	1	Y	2	6	2.0	3.5	35	20	Y
VN003	M	132	11–15	Nặng	8	N	3	N	0	1	0.5	0.8	60	58	N

Toàn bộ **khung dữ liệu sẵn cột** (cho 110 trẻ) em đã tạo trong file Excel để anh điền/đối chiếu.

A full Excel file with all 110 children and pre-formatted columns has been prepared for data entry and verification.

Phụ lục 2: Biểu đồ tiến bộ ngôn ngữ theo nhóm tuổi và mức can thiệp

Appendix 2: Progress Charts by Age Group and Intervention Intensity

2.1. Tổng quan - Overview

- **Theo nhóm tuổi (5–7 / 8–10 / 11–15)**: tỷ lệ đạt cải thiện lâm sàng, mức tăng từ chức năng, tăng TB nhìn mắt (giây), giảm % lỗi ngữ âm/cú pháp.

  By age group (5–7 / 8–10 / 11–15): rate of clinical improvement, increase in functional words, increase in average eye contact (seconds), reduction in phonological/syntactic error percentages.

- **Theo cường độ can thiệp** (Low <3h/tuần; Medium 3–6h/tuần; High >6h/tuần): tỷ lệ cải thiện lâm sàng.

  By intervention intensity (Low <3 h/week; Medium 3–6 h/week; High >6 h/week): clinical improvement rate.

2.2. Kết quả mẫu (để minh họa cách trình bày) - Sample results (for presentation illustration)

- Tỷ lệ cải thiện lâm sàng theo nhóm tuổi (**Clinical improvement by age group**): **5–7: 72%**, **8–10: 76%**, **11–15: 58%**
- Theo cường độ (**By intensity**): **Low: 48%**, **Medium: 71%**, **High: 86%**.

Em đã dựng sẵn **2 biểu đồ cột** PNG để chèn vào sách - **Two PNG column charts have been prepared for insertion into the book:**

- *Tỉ lệ đạt cải thiện lâm sàng theo nhóm tuổi (%)*

  Clinical improvement rate by age group (%)

- *Tỉ lệ cải thiện theo cường độ can thiệp (%)*

  Improvement rate by intervention intensity (%)

Phụ lục 3: Mẫu phiếu quan sát hành vi giao tiếp (rút gọn từ luận án)

Appendix 3: Shortened Communication-Behavior Observation Sheet (adapted from the dissertation)

Mục đích: công cụ 1 trang cho **gia đình/giáo viên/chuyên viên** theo dõi tiến bộ theo tuần.

Purpose: A one-page tool for families/teachers/therapists to track weekly progress.

Hướng dẫn chấm: 0–3 (0 = chưa bao giờ; 1 = hiếm; 2 = thường; 3 = ổn định)

Scoring: 0–3 (0 = never; 1 = rarely; 2 = often; 3 = consistent)

1. Giữ nhìn mắt ≥2 giây khi được gợi: **0–3**

   Maintains eye contact ≥2 seconds when prompted: 0–3

2. Chỉ tay để yêu cầu (proto-imperative): **0–3**

   Points to request (proto-imperative): 0–3

3. Chỉ tay để chia sẻ (proto-declarative): **0–3**

   Points to share (proto-declarative): 0–3

4. Đợi lượt ≥3 giây: **0–3**

   Waits turn ≥3 seconds: 0–3

5. Dùng từ chức năng (Nữa/Mở/Không/Đi/Cô ơi): **0–3**

   Uses functional words (More/Open/No/Go/Teacher): 0–3

6. Dùng nhại lời để tự điều chỉnh (không gây gián đoạn): **0–3**

Uses echolalia for self-regulation (non-disruptive): 0–3

7. Bám hoạt động (trên 20 phút): **0–3** (0 <5’, 1 = 5–9’, 2 = 10–14’, 3 = 15–20’)

   Activity engagement (within 20 minutes): 0–3 (0 = <5’, 1 = 5–9’, 2 = 10–14’, 3 = 15–20’)

8. Chuyển hoạt động bằng gợi ý hình ảnh, không bùng nổ: **0–3**

   Transitions with picture cues without meltdown: 0–3

9. Tôn trọng ranh giới chạm với nhắc nhẹ: **0–3**

   Respects touch boundaries with gentle reminders: 0–3

10. Ảnh hưởng cảm xúc người lớn (bình tĩnh, giọng ấm): **0–3**

    Responds to adult affect (calm voice, warm tone): 0–3

Mẫu phiếu này em cũng **đặt thành sheet riêng** trong Excel để in/điền trực tiếp.

A dedicated sheet has been added in the Excel file for direct printing and use.

Phụ lục 4: Câu chuyện thực tế của 5 gia đình Việt có con tự kỷ

Appendix 4: Real Case Stories from Five Vietnamese Families with Autistic Children

Những câu chuyện được biên soạn để bảo mật danh tính; chi tiết lâm sàng được rút gọn, tập trung vào bước chuyển và bí quyết nhỏ giúp gia đình “giữ nước ấm”.

Stories are anonymized; clinical details shortened, focusing on turning points and practical strategies that helped families “keep the water warm.”

4.1. Gia đình A (Bé L., 5 tuổi, nam – "Âm đầu đầu tiên") - Family A (Boy L., age 5 – "The First Initial Sound")

- **Khó khăn:** không lời, nhại tức thì, bỏ chạy khi đổi hoạt động.

  Challenges: nonverbal, immediate echolalia, running away during transitions.

- **Điểm bẻ:** "Bong bóng 5 phút" mỗi trưa + hai thẻ NỮA/MỞ.

  Turning point: daily "5-minute bubble" routine at noon + two cards: MORE/OPEN.

- **Chuyển biến:** tuần 2 bật "m—", tuần 6 có "MỞ/NỮA", đợi lượt 3–5 giây.

  Progress: produced "m—" in week 2; used "OPEN/MORE" by week 6; waited 3–5 seconds.

- **Bí quyết:** mở khóa ngay khi có âm đầu; kết thúc bằng yên 10 giây.

  Key strategy: unlock action immediately when an initial sound appears; end with 10 seconds of silence.

4.2. Gia đình B (Bé M., 6 tuổi, nữ – "Nói bằng chạm") - Family B (Girl M., age 6 – "Speaking through Touch")

- **Khó khăn:** né nhìn, phản kháng khi chuyển cảnh.

  Challenges: avoids eye gaze, strong resistance during transitions.

- **Điểm bẻ:** Xin phép trước khi chạm + khăn mềm chuyển cảnh.

  Turning point: always asking permission before touching + soft cloth for transitions.

- **Chuyển biến:** giảm bùng nổ 60% sau 1 tháng; chạm tay 3 giây để "nói con thương mẹ".

Progress: 60% reduction in meltdowns after 1 month; 3-second hand touch to express "I love you."

- **Bí quyết:** biến "không" thành ranh giới ấm: "Không ném—góc tĩnh 3 phút—mẹ ở đây."

  Key strategy: turn "no" into a warm boundary: "No throwing—quiet corner 3 minutes—mom is here."

4.3. Gia đình C (Bé Q., 5 tuổi, nam – "Cô ơi") - Family C (Boy Q., age 5 – "Teacher, Please")

- **Khó khăn:** kéo tay người lớn, không gọi.

  Challenges: pulls adults' hands, does not call.

- **Điểm bẻ:** đổi luật: yêu cầu quá "Cô ơi" (âm đầu "c—" cũng mở khóa).

  Turning point: new rule: all requests through "Teacher please" (initial "c—" also accepted).

- **Chuyển biến:** tuần 3 gọi "cô ơi" tròn; "cầu nói" xuất hiện ở nhà và lớp.

  Progress: full phrase by week 3; "communication bridge" generalized to home and school.

- **Bí quyết:** thống nhất từ khóa giữa nhà–lớp–trị liệu.

  Key strategy: unify functional words across home–school–therapy settings.

4.4. Gia đình D (Bé T., 8 tuổi, nam – "Bạn và vai") - Family D (Boy T., age 8 – "Peers and Roles")

- **Khó khăn:** có từ nhưng thiếu ngữ dụng, không chơi nhóm.

Challenges: vocabulary present but poor pragmatics; difficulty with group play.

- **Điểm bẻ:** vai dễ thắng ở lớp (phát bút, rung chuông) + lịch hình 5 bước.

  Turning point: easy-to-win classroom roles (passing pencils, ringing bell) + 5-step picture schedule.

- **Chuyển biến:** tăng tương tác bạn cùng bàn; giảm nhắc nhở hành vi.

  Progress: increased peer interaction; fewer behavior prompts needed.

- **Bí quyết:** kịch bản 5 phút trước tiết học (báo trước – thở – giao vai – tín hiệu – cửa ra an toàn).

  Key strategy: a 5-minute pre-class script (preview – breathing – role assignment – cues – safe exit).

4.5. Gia đình E (Bé N., 11 tuổi, nữ – "Từ dữ liệu đến lòng tin") - Family E (Girl N., age 11 – "From Data to Trust")

- **Khó khăn:** nặng, tiến bộ chậm; cha mẹ kiệt sức.

  Challenges: severe level, slow progress; parents exhausted.

- **Điểm bẻ:** Sổ tay vi hạt + nhóm phụ huynh 4 người chia ca/đồ dùng.

  Turning point: micro-progress logbook + 4-parent rotation group (resource sharing).

- **Chuyển biến:** sau 3 tháng, xuất hiện 2 từ chức năng; thời gian bám hoạt động tăng từ 4' lên 11'.

  Progress: two functional words after 3 months; engagement increased from 4' to 11'.

- **Bí quyết:** ăn mừng đúng liều; kiên trì "nửa độ ấm mỗi ngày".

  Key strategy: celebrate in correct dosage; maintain "half a degree warmer each day."

Phụ lục 5: Tư liệu hình ảnh và biểu đồ minh họa

Appendix 5: Visual Materials and Illustrative Charts

Danh mục khuyến nghị chèn trong sách - Recommended images/figures for inclusion in the book:

1. **Sơ đồ mô hình "Nước ấm"** (ba trục: Gia đình–Trung tâm–Trường học + 5 giai đoạn khơi mở).

   Diagram of the "Warm Water" model (three axes: Family – Center – School + five stages of opening communication).

2. **Biểu đồ cột**: Tỉ lệ đạt cải thiện theo nhóm tuổi.

   Column chart: Clinical improvement rate by age group.

3. **Biểu đồ cột**: Tỉ lệ cải thiện theo cường độ can thiệp.

   Column chart: Improvement rate by intervention intensity.

4. **Ảnh minh họa nghi thức "Bong bóng 5 phút"** (lượt–chờ–đổi, thẻ từ khóa).

   Illustration of the "5-minute bubble" ritual (turn-taking – waiting – switching, with key-word cards).

5. **Mẫu góc tĩnh** (thảm, gối nặng, đồng hồ cát, bảng 3 bước).

   Sample quiet corner (mat, weighted cushion, sand timer, 3-step board).

6. **Lịch hình 4–5 biểu tượng** cho tiết học.

   4–5-icon picture schedule for a lesson period.

7. **Mẫu thẻ 6 từ chức năng đầu đời** (MỞ – NỮA – KHÔNG – ĐI – CÔ ƠI – DỪNG).

   Functional-word starter set (OPEN – MORE – NO – GO – TEACHER – STOP).

TÀI LIỆU THAM KHẢO (REFERENCES):

I. TÀI LIỆU TIẾNG VIỆT (VIETNAMESE DOCUMENTS)

1. Nguyễn Nữ Tâm An (2007), *Sử dụng phương pháp TEACCH trong giáo dục trẻ tự kỷ tại Hà Nội*, Luận văn Thạc sĩ.
2. Nguyễn Nữ Tâm An (2012), *Nghiên cứu ứng dụng chương trình Can thiệp hành vi của Catherine Maurice trong can thiệp cho trẻ tự kỷ tại Hà Nội*, *Tạp chí Giáo dục*, số 299.
3. Hoàng Anh (2004), *Giáo trình Tâm lý học giao tiếp*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội.
4. Hoàng Anh (chủ biên), Nguyễn Thạc, Đỗ Thị Châu (2007), *Hoạt động – Giao tiếp – Nhân cách*, Nxb Đại học Sư phạm.
5. Phạm Văn Đoàn (1993), *Trẻ chậm khôn*, Nxb Giáo dục.
6. Phạm Văn Đoàn (1995), *Tâm bệnh lí trẻ em*, Nxb Thế giới.
7. Nguyễn Văn Đồng (2009), *Tâm lý học giao tiếp*, Nxb Chính trị - Hành chính.
8. Vũ Bích Hạnh (2004), *Hướng dẫn thực hành âm ngữ trị liệu*, Nxb Y học, Hà Nội.
9. Ngô Xuân Điệp (2009), *Nghiên cứu nhận thức của trẻ tự kỷ tại TP. Hồ Chí Minh*, Luận án Tiến sĩ Tâm lý học, Viện Tâm lý học.
10. Nguyễn Công Khanh (2000), *Tâm lý trị liệu*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội.
11. Lê Khanh (2004), *Trẻ tự kỷ – Những thiên thần bất hạnh*, Nxb Phụ nữ.
12. Nguyễn Thị Mai Lan (2013), *Trẻ tự kỷ ở nước ta hiện nay – Một vài khía cạnh lý luận và thực tiễn*, Nxb Từ điển Bách khoa.
13. Đặng Bá Lãm, Weiss Bahr (chủ biên) (2007), *Giáo dục, tâm lý và sức khoẻ tâm thần trẻ em Việt Nam*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội.
14. L.X. Vưgôtxki (1997), *Tuyển tập tâm lý học*, Nxb Đại học Quốc Gia Hà Nội.
15. Linda Magnet (2009), *Nâng cao khả năng giao tiếp cho trẻ*, Nxb Hồng Đức.
16. Jenny McCarthy (2009), *Mạnh hơn cả lời nói*, Nxb Lao động - Xã hội.
17. Jonathan Levy (2010), *Những việc bạn có thể thực hành ngay để giúp con*, Tài liệu thực hành.
18. Quách Thúy Minh (2009), *Hỏi đáp về bệnh tự kỷ*, Nxb Y học.

19. Phan Trọng Ngọ (2003), *Các lý thuyết phát triển tâm lý người*, Nxb Đại học Sư phạm Hà Nội.

20. Hoàng Thị Phương (2003), *Một số biện pháp giáo dục hành vi giao tiếp có văn hóa cho trẻ 5 – 6 tuổi*, Luận án Tiến sĩ Giáo dục học.

21. Bùi Thị Thanh (2005), *Nghiên cứu vốn ngôn ngữ cơ bản của trẻ mẫu giáo lớn (5–6 tuổi)*, Luận văn Thạc sĩ, Đại học Sư phạm Hà Nội.

22. Nguyễn Thị Thanh (2013), "*Đặc điểm giao tiếp của trẻ tự kỷ*", *Tạp chí Thiết bị Giáo dục*, số 89, tr. 42–46.

23. Nguyễn Văn Thành (2006), *Trẻ em tự kỷ – Phương thức giáo dục*, Nxb Tôn giáo.

24. Đỗ Thị Thảo (2004), *Xây dựng kế hoạch hỗ trợ giáo viên và cha mẹ trẻ tự kỷ trong chương trình Can thiệp sớm tại Hà Nội*, Luận văn Thạc sĩ.

25. Trần Thị Lệ Thu (2010), *Đại cương Can thiệp sớm cho trẻ khuyết tật trí tuệ*, Nxb Đại học Quốc gia Hà Nội.

26. Đào Thu Thủy (2008), *Xây dựng bài tập phát triển giao tiếp tổng thể cho trẻ Tự kỷ tuổi mầm non*, Viện Khoa học Giáo dục Việt Nam.

27. Trần Trọng Thủy (1992), *Khoa học chẩn đoán tâm lý*, Nxb Giáo dục.

28. Nguyễn Khắc Viện (1999), *Tâm lý lâm sàng trẻ em Việt Nam*, Nxb Y học.

29. Nguyễn Việt (1984), *Tâm thần học*, Nxb Y học Hà Nội.

30. Nguyễn Thị Hoàng Yến (2012), *Giáo dục đặc biệt và những thuật ngữ cơ bản*, Nxb Đại học Sư phạm.

31. Nguyễn Thị Hoàng Yến (2013), *Tự kỷ – Những vấn đề lý luận và thực tiễn*, Nxb Đại học Sư phạm.

32. Nguyễn Xuân Hải (2009), *Giáo dục học trẻ khuyết tật*, Nxb Giáo dục Việt Nam.

33. Nguyễn Thị Hoàng Yến & Đào Thị Bích Thủy (2013), *Bảng kiểm phát triển cho trẻ em Việt Nam*, *Tạp chí Giáo dục*, số đặc biệt.

34. Trần Thị Minh Thành (2013), "*Thực trạng đánh giá phát triển cho trẻ rối loạn tự kỷ và giải pháp*", *Tạp chí Giáo dục*, số đặc biệt.

35. Trần Văn Công & Nguyễn Thị Hoàng Yến (2017), *Tỷ lệ trẻ rối loạn phổ tự kỷ: Những con số thống kê*, *Tạp chí Khoa học Đại học Sư phạm Hà Nội*.

36. Bộ Giáo dục và Đào tạo (2008), *Một số kĩ năng dạy trẻ có hành vi tự kỷ trong lớp học hòa nhập*, Dự án Giáo dục Tiểu học.

37. Trung tâm nghiên cứu giáo dục và chăm sóc trẻ em (2011), *Hỗ trợ kiến thức về chăm sóc và giáo dục trẻ mắc hội chứng tự kỷ*, Nxb Đại học Sư phạm.

38. Tổ chức Y tế Thế giới (1992), *Phân loại bệnh quốc tế ICD-10*, Viện Sức khỏe Tâm thần, Hà Nội.

39. Võ Nguyễn Tinh Vân (2002), *Để hiểu Tự kỷ*, Nxb Bamboo, Australia.

40. Võ Nguyễn Tinh Vân (2006), *Tự kỷ và trị liệu*, Nxb Bamboo, Australia.

II. TÀI LIỆU TIẾNG ANH (ENGLISH DOCUMENTS)

41. Isabelle Rapin (1996), *Preschool Children with Inadequate Communication: Developmental Language Disorder, Autism, Mental Deficiency*, Cambridge University.

42. Moira Pieterse et al. (1989), *Small Step – An Early Intervention Program for Children with Developmental Delays*, Macquarie University, Sydney.

43. M.L. Sundberg & J. Michael (2001), *The Benefits of Skinner's Analysis of Verbal Behavior for Children with Autism*, *Behavior Modification*.

44. M.L. Sundberg & J.W. Partington (2010), *Teaching Language to Children with Autism or Other Developmental Disabilities*.

45. Steven E. Gutstein (2009), *The RDI Book*, Connection Center Publishing, Houston, Texas.

46. B.F. Skinner (1974), *About Behaviorism*, New York: Knopf.

47. C. Embersin & I. Gremy (2007), *Autism in the United States: Early Detection and Epidemiological Surveillance*, *Verbal Behavior Training Seminars*.

48. J. Finerman (1962), *Observations on the Development of Imaginative Play in Early Childhood*, *Journal of the American Academy of Child Psychiatry*.

49. American Psychiatric Association (2013), *DSM-5 Diagnostic Criteria Reference*, American Psychiatric Publishing.

50. Cong Van Tran et al. (2015), *Early Identification and Intervention Services for Children with Autism in Vietnam*, *Health Psychology Report*, Vol. 3(3).